

21 ИЮНЯ. Фестиваль спорта, здоровья и красоты "НАШЕ ВРЕМЯ"

Реклама ООО "Корпорация Отдыха и Развлечений", ИНН 6027148037, erid: 2VtzqvXs5Zp

21 ИЮНЯ.

Фестиваль спорта, здоровья и красоты "НАШЕ ВРЕМЯ"

7 часов погружения /5 чувств /4 стихии /3 направления.

12:00 – 19:00

Креативное пространство «Лофт» /Псков

г. Псков, ул.Спортивная, д.1Б

По плану объемная программа и вкусный обед. Дарим ещё больше пользы, энергии и живого общения!

Единая программа нашего фестиваля и максимальная польза для каждой Участницы.

12:00–12:30 /Открытие.

Ритуал «Земля/Воздух».

Введение. Гармонизация энергии и со настройка.

12:30–13:00 / Домик Здоровья.

Анастасия Рочева, когнитивно-поведенческий психолог.

МК по теме "Забота о себе без чувства вины".

13:00–13:30 /Домик Красоты.

Наталья Фёдорова - массажист, кинезиолог. Проведёт МК по древневосточному самомассажу Коруги.

13:30–14:00 / Спорт.

Анастасия Сидоренко - преподаватель хатха-йоги. Практическая йога с акцентом на дыхание и подвижность грудного отдела.

14:00–14:30 /Обед + Ритуал Воды.

Лёгкий живой перекус.

Восстанавливаем силы и продолжаем вдохновляться.

14:30–15:00 / Домик Здоровья.

Надежда Колтырина - интегративный специалист: нутрициолог, психокинезиолог, коуч по здоровью и благополучию. Выступит с темой "Циркадные ритмы: природный алгоритм энергии".

15:00–15:30 / Домик Красоты.

Татьяна Федотова - косметолог, специалист по уходу за лицом.

Проведёт МК по уходу за кожей: теория и практика.

15:30–16:00 / Спорт.

Ксения Жадан - специалист по физической культуре и спорту, тренер здоровой спины, автор курса "К телу с любовью", эксперт по речи, организатор добрых событий.

Проведёт эффективную практику от стоп до головы.

16:00–16:30 / Домик Здоровья.

Яна Яковлева, специалист по восстановлению и движению, кинезиолог, эксцентрик.

Качественно познакомит с направлением эксцентрика.

16:30–17:00 / Домик Красоты.

Надежда Колтырина - интегративный специалист: нутрициолог, психокинезиолог, коуч по здоровью и благополучию. Проведёт МК по кинезиотейпированию лица.

17:00–17:30 / Спорт.

Евгения Зыкова, инструктор международного уровня Jumping Fitness. Проведёт Fitness Energy для укрепления мышц, улучшения гибкости, координации и выносливости.

17:30–18:00 / Домик Здоровья

Светлана Ярыгина, превентивный нутрициолог. Выступит с темой "Возраст - не преграда для красоты и здоровья".

18:00–19:00 / Ритуал очищение огнём. Рефлексия. Закрытие.

Бонус:

С 12:30 до 18:30 работает зона аппаратного массажа от Виктории Савченко (SPA-технолог, автор методики «Похудение во сне»).

Стоимость участия в 7 часовом Фестивале - 1000 рублей.

* для членов Ассоциации "Женщины Бизнеса", вход свободный по списку.

Только 55 мест! Успеете закрепить своё участие, скоро опубликуем ссылку на покупку билетов.

vk.ru/sportvremya

Ждём вас!

КОРПОРАЦИЯ СЧАСТЛИВЫХ СОБЫТИЙ

Адрес: г. Псков, ул. Леона Поземского 123 А, офис 29

Телефоны:

+79212158005

<https://vk.com/vachacorporation>