



WEEKEND

z Kobięcą Energią






Prowadząca

Izabela Krawczyk

Trenerka kobiecej mocy, warsztatów umiejętności psychospołecznych, coach, hipnoterapeutka, certyfikowany praktyk Racjonalnej Terapii Zachowania, terapeutka ustawień systemowych i czytania duszy.

WIECZORNA RELAKSACJA

-  Piątek, 8 marca, godz. 21.00
-  Niagara SPA - strefa wypoczynkowa
-  Czas trwania: 1h

Praktyka ta pozwoli zostawić za sobą mijający tydzień, pracę, obowiązki, listę zadań. Uspokoimy nasze ciała, zwolnimy myśli, wyciszymy. Otworzymy się na temat marzeń, aby w pełni skorzystać w tego, co nasz czeka podczas tego wyjątkowego weekendu.

Wskazówka: Warto, aby ubiór był swobodny i komfortowy, aby ciało mogło się jak najlepiej zrelaksować.

WARSZTATY MAPY MARZEŃ

📅 Sobota, 9 marca, godz. 13.30

📍 Sala Sekwana

🕒 Czas trwania: 4,5h

„Twoje marzenia są pewną wizją, doświadczeniem, pragnieniem, ideą, pomysłem. Dają Ci doskonałe samopoczucie. Na samą myśl o nich czujesz błogość. Marzenia jednak często żyją w Tobie, w Twojej głowie, ukryte, tam się zaczynają i tam kończą. Warto je wydostać na zewnątrz, poczuć je, usłyszeć, zobaczyć. Tym właśnie zajmiemy się podczas warsztatów.

Odkryjesz swoje marzenia i umieścisz je na mapie marzeń. Dzięki temu pozwolisz im łatwiej zaistnieć w Twoim życiu i efektywniej wytyczyć cele, abyś czuła większą radość i spełnienie. To także piękny i kreatywny sposób na pobycie ze sobą. Głowa odpoczywa, a serce napełnia się piękną energią. Mapę marzeń zabierzesz potem ze sobą do domu i będziesz zaskoczona, jak szybko zaczną się spełniać!”

Izabela Krawczyk

W cenę wliczone są zdrowe przekąski i napoje.

Mamy zarezerwowany dłuższy czas, żeby nikogo nie pośpieszać, by każdy mógł spokojnie dokończyć proces. Po skończeniu swojej mapy marzeń można opuścić salę wcześniej.

WIECZORNA WIZUALIZACJA

📅 Sobota, 9 marca, godz. 21.00

📍 Niagara SPA – strefa wypoczynkowa

🕒 Czas trwania: 1h

Wieczorna wizualizacja z elementami pracy z podświadomością pozwoli nam wzmocnić pewność siebie, motywację i wiarę w realizację swoich pragnień.

Wskazówka: Warto, aby ubiór był swobodny i komfortowy, aby ciało mogło się jak najlepiej zrelaksować.



Maksymalna ilość uczestniczek 20

Agenda wydarzenia

PIĄTEK 8.03

18:00–21:00 kolacja w formie bufetu | *Restauracja Kaskada*
21:00–22:00 wieczorna sesja relaksacyjna | *Niagara SPA*

SOBOTA 9.03

8:00–10:00 śniadanie w formie bufetu | *Restauracja Kaskada*
13:30–18:00 udział w warsztatach mapy marzeń | *Sala Sekwana*
18:00–21:00 kolacja w formie | *Restauracja Kaskada*
21:00–22:00 wieczorna sesja wizualizacyjna | *Niagara SPA*

NIEDZIELA 10.03

8:00–10:00 śniadanie w formie bufetu | *Restauracja Kaskada*

Zapraszamy również do nieodpłatnego skorzystania z programu „WIOSENNE MULTIATRAKCJE” szczegóły w Recepcji lub pod nr tel +48 22 566 10 00

