

2 měsíční prožitkový program „NESPOUTANÁ ŽENA“

Pomáhám ženám po rozvodu nebo rozchodu, aby odpustily minulosti, znovu ucítily svou sebehodnotu a probudily ženskou energii a chuť žít a milovat. Program se skládá ze 4 individuálních setkání (3hodinových workshopů) v mém Relax studiu ALA VIDA v Českých Budějovicích, zhruba po 14 dnech + online podpora po celou dobu programu.

Tato prožitková cesta SMT – srdce, mysl, tělo obsahuje :

4x konzultaci s prožitkovým **Osho Zen Tarotem**, díky které si uvědomíš, kde na své životní cestě jsi a co je třeba změnit. Není to žádné předpovídání budoucnosti. Jde o vnitřní proměnu- prožitek a změnu myšlení. Budoucnost si tvoříme TEĎ.

4x **taneční meditaci Loona Dance**, při které dochází k uvolnění pánve, emocionálnímu čištění, aktivaci a harmonizaci energie a probuzení sebevědomí a radosti.

4x **masáž** (**Havajskou masáž Aloha**, která hluboce uvolní celé tělo i srdce, **sensuální Masáž živlů**, která krásně vyrovná energii, **Růžovou aroma masáž** (olejem s růží), která probouzí esenci ženství, pozitivně působí na ženské orgány a zklidňuje srdce a **Tantra masáž**, která pomáhá k hlubšímu propojení s tělem, uvolňuje potlačené emoce, případné sexuální bloky a aktivuje sebelásku a životní energii (pokud by ses na Tantru necítila, nahradíme jinou masáží)

A k tomu BONUSY zDARma ☺

Bonus 1: Video „Čtyři rytmy ženy“ s ochutnávkou mé taneční meditace (21 min) + můj ebook „Čtyři rytmy ženy“ jako malý průvodce Cyklickou ženou (i pro ženy v menopauze)

Bonus 2: Můj autobiografický e-book Slunce a Luna (koláž příběhů a básní, 100 stran) pomůže pochopit bolavé proměny ve vztahu k sobě i k partnerovi a nezdravé vzorce, které nám brání prožívat emocionálně a sexuálně naplněné vztahy. Je o cestě k sobě, o cestě k lásce a také o té velké síle, kterou v sobě všechny máme a někdy se jí samy bojíme. Věřím, že s vámi mé příběhy zarezonují, že může přijít nějaký „aha moment“ anebo vám může pomoci k uvolnění emocí. + nádherné citáty Davida Deidy ☺

Bonus 3: Moje inspirativní články na téma „ žena“

Bonus 4: Tipy na léčivé frekvence, meditace a afirmace na Youtube (plán podpory)

www.ala-vida.cz