

Firewalking - eská Lípa

Sobota, 17. 9. 2016

Strach a energie

12:05 — 13:30

Co je to strach a proč je důležité s ním pracovat?

Kde v mozku sídlí a jak rozpoznat, když nás ovládá strach?

Kde jsou naše limity a jak si tvoříme vlastní realitu.

— Josef Rezek

Práce se strachem a energií

13:35 — 15:30

- Vyladění našeho vnímání na jednu úroveň vědomí.

- Relaxace a nabuzení energií.

- Vizualizace a tvorba budoucnosti

— Josef Rezek

velká přestávka

15:20 — 15:40

Čas na jídlo

Postavení hranice a zapálení

15:40 — 16:10

— Josef Rezek

Fyzické aktivity

16:15 — 19:30

Příprava mysli a aktivace těla přes fyzické překážky.

— Josef Rezek

Přechod přes oheň

19:30 — 20:30

Projdi skrz na druhou stranu a osvobod' se!

— Josef Rezek