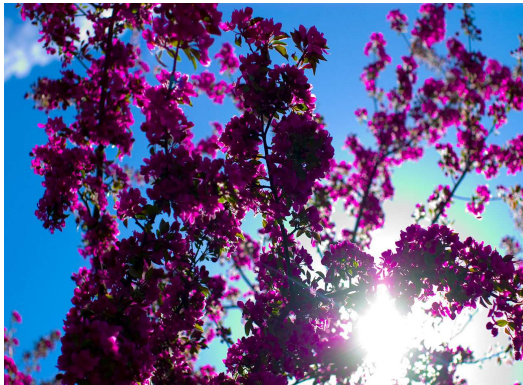


# Torkova srečanja

Večinoma smo polni raznoraznih čustev, miselnih konstruktov, omejitev in zaživeti polno in neobremenjeno, je proces, ki potrebuje kar nekaj korakov.

Pred leti sem se tudi jaz podala na to pot in še vedno hodim po njej. Nekaj od tega sem se že naučila; še ogromno je česar se učim in želim se učiti z vami skupaj in deliti osvojeno znanje. Pravijo, da gre planet skozi velike spremembe. Pravijo, da gre skozi temo svetlobi nasproti. In pravijo, da se te spremembe odražajo tudi na vseh ljudeh, kateri gredo skupaj skozi to preobrazbo. Jaz jih zelo močno čutim, dogaja se mi sto stvari, življenje se mi postavlja na glavo in zopet na noge in v sebi zelo močno zaznavam potrebo po razdajanju, predajanju, deljenju...



**Kraj:** Ljubljana, Trg komandanta Staneta 5, Center Sonček, Šiška

**Čas:** vsak torek med 17 in 18.30

**Opomba:** S seboj prinesite podlogo (armafleks), lahko tudi odejo za pokriti

## Okvirni program:

- fizično sproščanje telesa (tresenje, poskakovanje, ples.. z namenom razbremeniti telo odvečne energije)
- razne energijske vaje (za odpiranje meridianov ...)
- tehnike dihanja (pomagajo prečistiti dihalni sistem in uravnovesiti desno in levo polovico možgan)
- vodena meditacija (za vrnitev v svoje srce)
- samomasaža stopal (dotaknem se svojih stopal, jih objamem, stisnem, pritisnem na točke, kjer se lahko še bolje začutim in povežem s seboj)

## Cena:

**Prvi obisk je brezplačen!**

**8 eur/srečanje ali 30 eur/štiri srečanja**

## Prijave, informacije

Pridi, skupaj bodimo del spremembe.

Prijave na: [tadeja.v@gmail.com](mailto:tadeja.v@gmail.com)  
ali **041 218 133**