

Регистрация WhatsApp +7(963)7158558



Программа практического курса **Ключи к Дыханию:**

- 1 Ключ. Как и что нужно расслаблять.
- 2 Ключ. Диафрагма, способы ее активации.
- 3 Ключ. Прямое полное дыхание.
- 4 Ключ. Инициация жизненной энергии.
- 5 Ключ. Возращивание Энергии. Где внимание – там Ци.
- 6 Ключ. Экстренные способы «Вытягивания» организма. Метод Стрельниковой.
- 7 Ключ. Системный подход к управлению дыханием. Медитация в движении.
- 8 Ключ. Дыхание в потоке - Оздоровительный Цигун.

