

Τριήμερο Βιωματικό Σεμινάριο Ψυχοσωματικής Υγείας και Αποτοξίνωσης

Πέτα Άρτας, Παρασκευή 1/9 – Κυριακή 3/9/2017

Προσέλευση Πέμπτη 31/8/2017

Σας προτείνουμε ένα τριήμερο αποτοξίνωσης και πιθανής απώλειας βάρους, καθώς και απόκτησης ζωτικότητας μέσα από ένα διατροφικό πρόγραμμα χωρίς ακρότητες με έμφαση στην ωμοφαγία (σαλάτες, φρούτα, ξηροί καρποί, όσπρια, σούπες...) και διαχείριση των σκέψεων και συναισθημάτων σας.

Πρόγραμμα

Πέμπτη 31/8/2017*

- 12:00 – 19:00 Αφίξεις & Εγκατάσταση στα δωμάτια του Ξενοδοχείου Μαραθιά (<http://hotelmaraithia.gr>)
- 20:00 Συνάντηση στο lobby & μεταφορά στο Κτήμα «Ιπποκράτεια Διαβίωση»
Καλωσόρισμα & γνωριμία συμμετεχόντων
Βραδινό γεύμα
** Προκειμένου να χαρείτε το πλήρες πρόγραμμα του σεμιναρίου, προτείνεται προσέλευση την Πέμπτη 31/8.*

Παρασκευή 1/9/2017

- 08:00 – 08:30 Άσκηση – Περίπατος στη φύση
- 08:30 – 09:30 Πρωινό στο Κτήμα «Ιπποκράτεια Διαβίωση»
- 09:30 – 10:30 Συνεδρία Ομαδικής Υπνοθεραπείας (Κατάκτηση του τέλειου σωματικού βάρους και σχήματος του σώματος)
- 10:30 – 11:00 Συζήτηση ανταλλαγής εμπειριών
- 11:00 – 11:30 Αποτοξινωτικός χυμός – Φρούτα εποχής
- 11:30 – 14:00 Βιωματική προσέγγιση του πρωινού, εξατομικευμένα παραδείγματα
- 14:00 – 15:00 Γεύμα
- 15:00 – 16:30 Ελεύθερος χρόνος
- 16:30 – 17:00 Μέτρηση της υγείας των συμμετεχόντων με τον κβαντικό μαγνητικό αναλυτή (Βιοσυντονισμός)
- 17:00 – 17:30 Φρούτα εποχής
- 17:30 – 19:00 Η πρόταση του Ιπποκράτη για τον καρκίνο. Αντικαρκινικές τροφές
- 19:00 – 20:00 Δείπνο
- 20:00 – 23:00 Προβολή ταινίας & συζήτηση
Επιστροφή στο Ξενοδοχείο - Ξεκούραση

Σάββατο 2/9/2017

08:00 – 08:30	Άσκηση – Περίπατος στη φύση
08:30 – 09:30	Πρωινό στο Κτήμα «Ιπποκράτεια Διαβίωση»
09:30 – 10:30	Ομαδική Συνεδρία Υπνοθεραπείας (Αποσυμφόρηση του άγχους και των τοξικών συναισθημάτων)
10:30 – 11:00	Συζήτηση ανταλλαγής εμπειριών
11:00 – 11:30	Αποτοξινωτικός χυμός – Φρούτα εποχής
11:30 – 12:00	Παρασκευή τονωτικών τροφών μακροβιότητας (φύτρα, γάλα μη ζωικής προέλευσης, rejuvelac...)
12:00 – 14:00	Η επίδραση σκέψεων και συναισθημάτων στην υγεία. Βιωματική προσέγγιση του μεσημεριανού φαγητού – Διαιτολόγια
14:00 – 15:00	Γεύμα
15:00 – 17:30	Ελεύθερος Χρόνος
17:30 – 18:00	Φρούτα εποχής
18:00 – 20:00	Εξατομικευμένη ανάλυση των διαγνωστικών αποτελεσμάτων του κβαντικού μαγνητικού αναλυτή (Βιοσυντονισμός)
20:00 – 21:00	Δείπνο
21:00 – 23:30	Μουσική Βραδιά – Καραόκε - Χορός
23:45	Επιστροφή στο Ξενοδοχείο - Ξεκούραση

Κυριακή 3/9/2017

08:00 – 08:30	Άσκηση – Περίπατος στη φύση
08:30 – 09:30	Πρωινό στο Κτήμα «Ιπποκράτεια Διαβίωση»
09:30 – 11:30	Κώδικες του Loyd – Πρακτική εφαρμογή και εκμάθηση (θα δοθούν αναλυτικές σημειώσεις για αντιμετώπιση όλων των παθήσεων)
11:30 – 12:00	Αποτοξινωτικός χυμός – Φρούτα εποχής
12:00 – 14:00	Εξατομικευμένα βραδινά διαιτολόγια. Τροφές και φρούτα που αδυνατίζουν.
14:00 – 15:00	Γεύμα
15:00 – 16:15	Συμπεράσματα Σεμιναρίου – Διανομή Διαιτολογίων
16:15 – 20:00	Αποχαιρετισμοί - Αναχωρήσεις

Εάν θέλουμε να αλλάξουμε τον κόσμο καλό θα ήταν πρώτα να αλλάξουμε τον εαυτό μας!