

סדנת צ'י קונג חכמת הריפוי

עם Master Mingtong Gu

תוכנית הסדנא: 3-7/6/2018

יום רביעי – 6/6

תרגול בוקר למתקדמים עם הקלטה של מאסטר גו	06:15-07:30
תרגול עם מורי צ'י סנטר **	07:30-08:30
ארוחת בוקר	08:30-09:30
למידה ותרגול WHQ	09:30-13:00
ארוחת צהריים והפסקה (אנא חזרו לתרגול בבגדים לבנים)	13:00-15:00
שיתוף בחוויות אישיות	15:00-15:45
התמודדויות לאחר הסדנא והצעות להמשך תרגול	15:45-16:30
מסיבת ריקודים	16:30-18:00
ארוחת ערב והפסקה	18:00-19:30
תרגול WHQ	19:30-20:30
WHQ הילינג סאשן ***	20:30-21:00

יום חמישי – 7/6

תרגול בוקר למתקדמים עם הקלטה של מאסטר גו	06:15-07:30
תרגול עם מורי צ'י סנטר **	07:30-08:30
ארוחת בוקר	08:30-09:30
למידה ותרגול WHQ	09:30-13:00
ארוחת צהריים והפסקה	13:00-15:00
למידה ותרגול WHQ	15:00-16:00
שאלות ותשובות וסיכום	16:00-17:00

הוראות הגעה בוויז: מינימרקט נחשולים.

- * המלצה – להקדים, ליהנות מהחוף ולנשום אוויר.
- ** תרגול WHQ עם מורים ישראלים.
- *** מומלץ להביא שמיכה קלה וכרית.

הערה: שימו לב, יתכנו שינויים בלוחות הזמנים.

יום ראשון – 3/6

קבלת פנים * (ניפגש באולם התרגול במבנה הצמוד למינימרקט, מעל קונדטוריה 'רעותי')	10:00-11:00
למידה ותרגול WHQ	11:00-13:00
הפסקת צהריים (מומלץ להביא כריך או ארוחה מהבית)	13:00-15:00
למידה ותרגול WHQ	15:00-18:00
ארוחת ערב	18:00-19:30
תרגול WHQ	19:30-20:30
WHQ הילינג סאשן ***	20:30-21:00

יום שני – 4/6

תרגול בוקר למתקדמים עם הקלטה של מאסטר גו	06:15-07:30
תרגול עם מורי צ'י סנטר **	07:30-08:30
ארוחת בוקר	08:30-09:30
למידה ותרגול WHQ	09:30-13:00
ארוחת צהריים והפסקה	13:00-15:00
למידה ותרגול WHQ	15:00-18:00
ארוחת ערב והפסקה	18:00-19:30
תרגול WHQ	19:30-20:30
WHQ הילינג סאשן ***	20:30-21:00

יום שלישי – 5/6

תרגול בוקר למתקדמים עם הקלטה של מאסטר גו	06:15-07:30
תרגול עם מורי צ'י סנטר **	07:30-08:30
ארוחת בוקר	08:30-09:30
למידה ותרגול WHQ	09:30-13:00
ארוחת צהריים והפסקה	13:00-15:00
למידה ותרגול WHQ	15:00-18:00
ארוחת ערב והפסקה	18:00-19:30
למידה ותרגול משולב	19:30-20:30
WHQ הילינג סאשן ***	20:30-21:00