

# Urząd Miejski w Łomiankach

<https://www.lomianki.pl/pl/kalendarium-wydarzen/6798,25-kwietnia-czwartek.html>  
19.05.2024, 20:45

Strona znajduje się w archiwum.

## 25 kwietnia (czwartek)

### Warsztaty dla kobiet

#### SPOTKANIE LOKALNEJ GRUPY ROZWOJU BEZPŁATNE WARSZTATY DLA KOBIET W ŁOMIANKACH

WARSZTATY DLA KOBIET W ŁOMIANKACH są skierowane do osób, które:

- interesują się rozwojem osobistym,
- wyznaczają sobie cele - zarówno te czysto zawodowe jak i te prywatne i potrzebuje inspiracji jak skutecznie wziąć się do ich realizacji,
- zatrzymały się przy realizacji swoich marzeń i szukają motywacji, inspiracji oraz odwagi,
- zwykle szybko się poddają po pierwszej przeszkodzie lub słowach krytyki i potrzebują motywacji do działania,
- pragną zdobyć nowy punkt widzenia samej siebie przez pryzmat zdobycia wiedzy o tym, co ją motywuje, a co ogranicza i blokuje.

#### TEMAT SPOTKANIA:

Świadomy ruch w spontanicznym tańcu, czyli jak szybko i skutecznie naładować nasze akumulatory i wytworzyć wiosenną energię

Fantastyczny, bardzo wartościowy warsztat dla wszystkich kobiet, które kochają ruch, bo RUCH to ŻYCIE! Świadomy ruch to unikalna technika, która:

- energetyzuje całe ciało poprzez świadomy przepływ energii,
- odstresowuje,
- regeneruje nasze ciało i narządy wewnętrzne,
- uwalnia emocje,
- wzmacnia ciało,
- daje poczucie komfortu,
- wpływa na budowanie poczucia własnej wartości,

- stwarza przestrzeń do spontaniczności w atmosferze radości i świetnej zabawy!

Jeśli kochasz ruch i spontaniczny taniec, chcesz poznać fantastyczne ćwiczenia, dzięki którym samodzielnie zasilisz swoje ciało potrzebną energią to ten warsztat jest DLA CIEBIE!

UWAGA! Ilość miejsc jest ograniczona. Udział w warsztacie gwarantuje zapis online. Zapisy [\[TUTAJ\]](#)

[Następny Strona](#)