

Kinesioloogia suvekool

Inimene ja tasakaal

Sitika talus, Suure-Jaani vallas, Viljandimaal

Toimumise aeg: 14.-16. august 2015.a.

Suvekool on mõeldud inimestele, kes on õppinud, kavatsevad õppida, on kogenud kinesioloogiat või lihtsalt tunnevad selle vastu huvi. Oodatud on huvilised koos pereliikmetega.

Korraldaja: MTÜ Kinesioloogia Selts

Kava:

Reede, 14. august: Saabumine kell 17.00 – 19.00

Telkide püstitamine, seltskondlik sissejuhatus, tutvumine, õhtusöök, programmi tutvustus, lõkke ääres istumine, tants.

Laupäev, 15. august

8.00 - 9.00 Hommikuvõimlemine, karastusprotseduur jões.

9.00 – 10.00 Hommikusöök

10.00 – 11.00 Soola- ja kiviravi harmoonia loomiseks. Gertrud Langeheine. Holistiline loodusterapeut (inglise keeles). Tõlge Juta Linde.

11.10 - 13.10 Mendelejevi perioodisüsteem. Organismi puhastamine metallidest. Gertrud Langeheine (inglise keeles). Tõlge Juta Linde.

13.10 – 13.25 Mahla ja puuvilja paus

13.25 – 14.30 Praktiline töötuba. Lihastesti õppimine ja harjutamine. 14 lihase tasakaalustamine. Kaie Mølter, Kuiki Sulg

14.30 – 15.30 Lõuna

15.30 – 17.00 Konstellsioonid. Kaie Mølter, Kuiki Sulg

17.15 – 18.45 Tantsu- ja liikumisteraapia heaks enesetundeks. Eva Kouhia. Tantsuõpetaja.

19.00 – 20.00 Õhtusöök

20.00 - ... Mõnus äraolemise, saun. Tants elava muusika saatel. Muusikud Sirje Rein ja Heili Kirsimäe

24.00 Öised retked (magama, metsa jne)

Pühapäev, 16. august

9.00 – 10.00 Võimlemine, karastusprotseduur jões

10.00 – 11.00 Hommikusöök

11.00 – 12.30 Akupressuurpunktid, mis aitavad (kiire esmaabi šoki, allergia, valu jms. puhul)
Materjal paberil. Malle Raus

12.30 – 14.30 Töötuba: Erinevad kinesioloogia tehnikad harmoonia loomiseks. Malle Raus,
Kaie Mølter, Kuiki Sulg

14.45 – 15.45 Lõunasöök

15.45 Lõpetamine

Soovijatele eritasu eest individuaalseansid.

Kavas on võimalikud muutused.

Tasu: Osavõtu tasu seltsi liikmetele, kes on maksnud liikmemaksu (ja nende perekonnaliikmetele) 50 €/inimene (6 söögikorda, loengud, saun.)

Teistele osavõtjatele 60 €/inimene.

Ööbimine 5€ /inimene (2 ööd). Magamine telkides, rehetoas, lakas, erivajadusel majas.

Osalemisel 1 päeval tasu 30 €/inimene.

Kuni 12 aastased lapsed – 5 € söögiraha.

Osaluse kinnitamiseks kannu 10 € tagastamatut ettemaksu MTÜ Kinesioloogia Seltsi arvele 221031685833 hiljemalt 10. augustiks k.a. Ülejäänud summa tasuda kohapeal sularahas.

Kaasa võtta hea tuju, magamisriided, madrats, joogamatt, supikauss, kahvel, lusikas, joogitops ja õpitahe.

Toimumise koht: Sitika talu Suure-Jaani vallas Viljandimaal

Sitikale jõudmiseks sõita Vanaõue puhkekeskusest ca 300m edasi, 18. km posti juurest pöörata paremale, sõita edasi 7 km. Pööramise kohad tähistatakse siltidega.

Suvekooli toimumist juhatavad MTÜ Kinesioloogia Seltsi juhatuse liikmed:

Malle Raus 55648625, malle.raus@gmail.com

Kaie Mølter 5028653, kaie.molter@gmail.com