



I. ÉVFOLYAM / 2. FÉLÉV  
2012. 02. 08. – 2012. 04. 25.

## Energetika

Gyakorlatok, előadások: szerdán 18.00–20.40

Előadó, gyakorlatvezető: Barna Gábor

- |  |   |
|--|---|
| 02.08. Az energiák funkciójuk szerinti elhelyezkedése – légzőgyakorlatok   | 03.21. Az emésztőrendszer harmonikus működése – a gerinchez tartozó testhelyzetek       |
| 02.15. A hét szövetelem – ülő testhelyzetek  | 03.28. A légzőrendszer harmonikus működése – méregtelenítő testhelyzetek                |
| 02.22. A salakok, ürülékek, mérgek – fekvő testhelyzetek   | 04.04. Az idegrendszer harmonikus működése – a testhelyzet figyelése, kéztartások       |
| 02.29. Az alkatok jellemzői – egyensúlyozó testhelyzetek   | 04.11. A keringés harmonikus működése – a 7 világhoz tartozó testhelyzetek, kéztartások |
| 03.07. Az energiák harmonikus működése – fordított testhelyzetek   | 04.18. Áttekintés – összefoglalás   |
| 03.14. Az ártó energiák működése; Az energiák időbeli elhelyezkedése – a test érzetein tartott figyelem gyakorlása | 04.25. Évzáró   |

*A tematikával kapcsolatban a változtatás jogát fenntartjuk.*

Az előadások helyszíne: CENTRUM IRODAHÁZ  
– Budapest I., Kuny Domokos u. 13–15.

Jelentkezés, információ: [www.goncolszabadegyetem.hu](http://www.goncolszabadegyetem.hu)  
Göncöl Ügyfélszolgálat: [hajni@javas.hu](mailto:hajni@javas.hu), +36-30-394-6840

AZ INTERNETES-LEVELEZŐ TAGOZATRA FOLYAMATOSAN  
BE LEHET IRATKOZNI!