



PURA MAGIA...



ti lasci scivolare
PIACEVOLMENTE in acqua calda...



SERENAMENTE ti abbandoni...



DELICATAMENTE ti fai condurre
in **MEDITAZIONE** verso ricordi remoti...



ti **GODI** la sensazione di assoluto riposo
e **RILASSAMENTO...**



assaporando una **NUOVA CONSAPEVOLEZZA**
della **GIOIA** e dell' **AMORE...**



anche se sei single...

Tantra e Meditazione
in Acqua Termale

TANTRIC AQUA WELLNESS

Montegrotto Terme (Padova)

Sabato 30 e/o domenica 31 gennaio 2021

e/o

sabato 6 e/o domenica 7 febbraio 2021

TURNO A: sabato dalle 10 alle 16

TURNO B: sabato dalle 16 alle 22

TURNO C: domenica dalle ore 10 alle ore 16

E' possibile partecipare anche solo a una giornata



**Partecipazione consentita anche in
caso di limitazioni agli spostamenti.**

Info al 320.0433.818

GIORNATE

ESPERIENZIALI DI

MEDITAZIONE,

TANTRA,

RILASSAMENTO,

**EQUILIBRIO, SERENITA',
MASSAGGIO...**

TUTTO IN ACQUA TERMALE...

DEDICATO ALL' AMORE

CHE E' IN TE...

TANTRA significa

"tecnica per ampliare la Coscienza".

Il Tantra è uno strumento

per ri-conoscersi e ri-trovarsi

scoprendo, attraverso la

Consapevolezza,

la magia della Relazione.

E' una tecnica fondata sull'esperienza

praticata nella vita quotidiana.

Attenzione, Movimento, Ritmo, Suono e

Respiro, sono le chiavi che portano

all'ampliamento della Coscienza di Sé.

Tutti questi aspetti vengono trattati nel

Tantric Aqua Wellness, lavoro corporeo

praticato in acqua calda a 34° - 36°.



TECNICHE UTILIZZATE

Attivazione energetica, respiro consapevole, tecniche di meditazione e di rilassamento provenienti da varie scuole, riequilibrio vibrazionale con le campane tibetane in acqua, massaggio dolce, mobilizzazione delle articolazioni, stretching e rebalancing.

IL TANTRIC AQUA WELLNESS

E' facile ma efficace poichè attraverso il potere dell'acqua calda, non solo facilita la "Coscienza di Sè", ma, agendo in profondità, scioglie i blocchi energetici e le paure (non solo legate all'acqua!), le tensioni, i dolori muscolari e della schiena.

E' una disciplina lasciata all'improvvisazione (non vi sono movimenti prestabiliti), che aiuta a sviluppare l'intuizione e l'empatia tra i protagonisti.



APPRENDIMENTI E BENEFICI

- Riconoscere la propria energia vitale;
- imparare a percepirla e a "muoverla" nel corpo;
- rilassarsi, divertirsi e godere del piacere dei sensi;
- imparare a respirare in modo sano ed utile;
- vivere in maniera piena ed accogliente le relazioni e la sessualità;
- entrare nello stato meditativo per accedere alla fonte di naturale benessere;
- sviluppare l'intuizione ed il piacere di Essere;
- conoscere ed accettare il proprio corpo e ritrovare grazia ed agilità nei movimenti.

La partecipazione è libera a tutti: singles o coppie, giovani e meno giovani d'età, principianti od esperti, senza controindicazioni. Non sono richiesti pre-requisiti né capacità natatorie.



DICONO DI NOI...

È stato tutto molto emozionante, Mi sento rilassata e sento di poter superare qualsiasi ostacolo. Mi sono trovata ben inserita nel gruppo. È **stato tutto perfetto, esattamente come desideravo**. Grazie.
Rodica B.

Questa è l'undicesima volta che frequento questo seminario. Ogni volta è come se fosse la prima: ricca di emozioni, entusiasmo, la sensazione di sentirmi tra amici in una dimensione di vita dove mi sento veramente me stesso. In questi anni ho notato un cambiamento radicale di liberazione dalle paure e dalle ansie che mi fanno vivere molto meglio la mia quotidianità.
Gianfranco G.

Il massaggio in acqua mi piaciuto tantissimo è molto rilassante, mi ha fatto scoprire un nuovo rapporto con l'acqua. È stato meraviglioso potermi abbandonare completamente come una bottiglia d'acqua nel mezzo dell'oceano senza confini, spazio e tempo. Straordinario l'approccio dei conduttori diretto e fantasioso.
Marta B.

Ho trovato il seminario molto ben organizzato, ricco, coinvolgente. **Vorrei rifarlo un'altra volta** per prendere più consapevolezza di me e godere del massimo rilassamento. Durante una sessione mentre ricevevo, ho avuto la sensazione diffondermi con l'acqua e con l'altra persona. È stato emozionatissimo. Tutte le persone alle quali tengo dovrebbero provare queste coccole.
Cristina C.

Ho potuto assaporare il piacere della lentezza e di sentirmi totalmente con me stesso.
Marjan L.

Tutto è stato molto emozionante: intenso, ricco di consapevolezza e ascolto, pieno di interesse verso la vita e verso gli altri.
Irene M.

E' stata un'esperienza molto diversa da quanto ho vissuto nello stesso seminario dell'anno scorso. **Mi sento benissimo:** rilassato, in uno stato di evoluzione...
Alessandro S.

Sempre nuovi spunti di riflessione personale e nuovi esercizi anche dopo nove anni di frequentazione! I partecipanti sono sempre seguiti e ascoltati. I conduttori riescono sempre a superare le mie aspettative con una qualità straordinaria. In centro Paolo sono trovato la mia scuola olistica per vivere meglio la mia vita. Consiglio sempre tutti questa meravigliosa esperienza di crescita consapevolezza.
Lorena S.

E' stata un'**esperienza al di fuori del tempo e dello spazio**, per me, con la perdita di percezione del corpo e della mente, come se fosse un'altra dimensione. Grazie, è stato bellissimo, grazie per questa esperienza.
Eva G.

Ho fatto tesoro di consapevolezze che prima non avevo e **ho ritrovato fiducia nell'acqua**.
Monica M.

PERCHE' PARTECIPARE

- Perché è facile ma efficace, agisce in profondità sciogliendo i blocchi energetici, le paure (non solo legate all'acqua!), le tensioni, i dolori muscolari e della schiena.
- Per scoprire una esclusiva opportunità di benessere in questo nuovo, efficace ed immediato modo di entrare in contatto con la propria energia tantrica
- acquisire una nuova consapevolezza di sé, apprendere delle tecniche da utilizzare anche nella vita quotidiana
- Per vivere e sperimentare in questo percorso unico, il nostro metodo olistico di benessere, pratiche antiche eppur attuali che aiuteranno tutte le tue parti (emotiva, fisica, mentale e spirituale), a ritrovare la loro completezza ed integrità
- per entrare in contatto con il tuo mondo interiore, ritrovare serenità, riequilibrare le emozioni;
- Per sapere che non c'è bisogno di andare dall'altra parte del pianeta per vivere un'avventura veramente unica e affascinante
- Per divertirti e conoscere nuovi amici e capire che c'è altro nella vita, oltre al quotidiano tran tran
- Per creare uno spazio tuo dove essere te stesso e amarti così come sei
- Per diventare più bello e più naturale
- Per vivere un'esperienza indimenticabile, con persone speciali

CONTENUTI FONDAMENTALI

- attivazione sensoriale e percezione energetica
- respirazione consapevole e meditazione
- movimento armonico e massaggio
- riequilibrio energetico con le campane tibetane





CONDUCONO

Balak Sabina Chiarion - Il Tantra è la passione e l'anima della mia vita che lavorativamente esercito come professionista olistica e Counselor, docente e ricercatrice olistica iscritta al registro AIPO ai sensi della legge 4/13. Dopo aver conseguito il Master of Arts in Human Behavior (Scienza del Comportamento Umano), alla Newport University of California USA, gli studi che caratterizzano il mio lavoro sono: scienze Ayurvediche, Rebirthing Integrativo Vivation®, Massaggio Olistico con varie tecniche, Meditazioni attive di Osho e Mindfulness olistica, Counseling Psicosomatico, Tantra e Arti sciamaniche con diversi maestri e di diverse scuole, danza e movimento armonico, Bioenergetica, Tecniche sistemiche, vibrazionali sonore e frequenziali, Naturopatia, Arteterapia.
Contatto: centrolos@yahoo.it

Isha Orazio Lavore - Dopo molti anni di pratica nel mondo delle arti marziali (Full Contact e Kickboxing), sviluppo l'approccio corporeo con la formazione di Shiatzu metodo Namikoshi, del massaggio Posturale giapponese SOTHAI-HO e del Linfodrenaggio. La passione per le tecniche corporee mi porta nel mondo dell'olismo e della crescita umana con lo studio del Craniosacrale Biodinamico di Kavi e Badrena a Miasto (SI). Da lì numerosi corsi di approfondimento con varie tecniche di massaggio olistico, Meditazione, Arteterpia, Crescita personale, tecniche vibrazionali e riflesses, bioenergetica e tango olistico, che confluiscono nella creazione dell'"Easy Contact Massage", semplice ed efficace tecnica di Massaggio sulla persona seduta. Opero come Professionista Olistico specializzato, docente e supervisore ai sensi della legge 4/13, con iscrizione al Registro AIPO.
Contatto: isha64@hotmail.it

BALAK E ISHA, partner e compagni di viaggio dal 2009. Entriamo singolarmente nel mondo del Tantra alcuni anni prima e in questa via ci incontriamo. Scegliamo di vivere insieme una nuova dimensione della relazione di coppia, alimentata dall'energia tantrica portata nella vita di tutti i giorni. La base della nostra esperienza insieme, risiede negli insegnamenti di Radha della scuola tantrica di Osho e di Elmar e Micaela Zadra, delle scuole kashmira e tibetana. In questi anni abbiamo perfezionano il seminario *Tantric Aqua Wellness - Tantra e Meditazione in acqua termale* - precedentemente realizzato da Balak con Shunyam Franco Lenna. Dopo aver lungamente sperimentato su di noi, abbiamo creato il percorso *Tantra Evolutivo*, innovativo metodo che vede l'integrazione delle antiche tradizioni tantriche con le più moderne ed efficaci metodologie energetiche e vibrazionali, espresse con la collaborazione di docenti e conduttori provenienti da scuole ed esperienze diverse, che proponiamo in laboratori esperienziali con frequenza weekend.



MONTEGROTTO TERME (Padova)

Hotel Continental - Via Neroniana, 8 -
(www.continentaltermehotel.it)

Spettacolare è la location che abbiamo: una dependance con camere e una magnifica piscina a nostro uso esclusivo!!!

Siamo certi che questo seminario rimarrà memorabile a tutti coloro che parteciperanno!

Partecipazione consentita anche in caso di limitazioni agli spostamenti, purché in assenza di temperatura corporea superiore a 37,4° e sintomi influenzali.

COME ARRIVARE

IN AEREO: Aeroporto di Venezia o Treviso, poi treno fino a Montegrotto Terme. L'Hotel si trova a pochi minuti dalla Stazione Ferroviaria.

IN TRENO: Stazione FS di Montegrotto Terme. L'Hotel si trova a pochi minuti dalla Stazione Ferroviaria.

IN AUTO: dal nord Italia, autostrada fino a Padova ovest, poi seguire indicazioni Abano Montegrotto. Uscire ad Abano, seguire indicazioni prima per Abano poi per Montegrotto. La via Neroniana è vicina alla Stazione FS. Dal sud Italia, autostrada Bologna - Padova, uscita Padova ovest quindi seguire indicazioni Abano Montegrotto. Uscire ad Abano, seguire indicazioni prima per Abano poi per Montegrotto. La via Neroniana è vicina alla Stazione FS.

ORARI DI SVOLGIMENTO

Le attività guidate iniziano sabato alle ore 10.00 e si concludono domenica alle ore 16.00. Dopo tale orario, sino alle ore 18.00 è possibile l'utilizzo libero della piscina.

- *TURNO A: sabato dalle 10 alle 16*
- *TURNO B: sabato dalle 16 alle 22*
- *TURNO C: domenica dalle ore 10 alle ore 16*

Per rispetto ai partecipanti e per un corretto svolgimento delle sessioni nei turni stabiliti, chiediamo la massima puntualità nell'arrivo (mezz'ora prima dell'inizio del turno).

PROGRAMMA

NOTA IMPORTANTE: a differenza degli anni passati la modalità di effettuazione dei pasti è cambiata in base alle normative vigenti.

Il programma prevede, in linea di massima:

- Sabato inizio attività turno A dalle ore 10 alle 16.
- Nel pomeriggio (primo -A- e secondo -B- turno), proseguono le sessioni di meditazione e le attività in acqua che si alterneranno a momenti di pausa e condivisione fino alle ore 22 (conclusione turno B).
- Domenica (terzo turno - C-): sessioni di meditazione, attività in acqua e condivisione dalle 10 alle ore 16.00
- Dalle ore 16 alle ore 18 la piscina è a disposizione dei partecipanti per attività libera.

QUOTE DI PARTECIPAZIONE

La quota sociale di partecipazione a persona per SINGOLI TURNI:

Turno A	valore corso € 120,00	quota Centro Olos € 72,00
Turno B	valore corso € 130,00	quota Centro Olos € 90,00
Turno C	valore corso € 180,00	quota Centro Olos € 117,00

ISCRIZIONE A PIU' TURNI

Turno A + B	(anziché 162,00)	€ 126,00	quota speciale 2021 € 108
Turno B + C	(anziché 207,00)	€ 162,00	quota speciale 2021 € 144
Tutti e 3 i turni	(anziché 279,00)	€ 225,00	quota speciale 2021 € 198

AGEVOLAZIONI

- Per chi porta amici o partecipa in coppia (chiedi info dettagliate)
- Per i soci promoter, borse di studio con voucher (chiedi info dettagliate)
- Per coloro che si iscrivono o sono iscritti ai percorsi professionali olistici di Centro Olos (chiedi info dettagliate)
- Per chi ha meno di 26 anni (chiedi info dettagliate)
- Per coloro che hanno basso reddito documentato da certificato ISEE

- Riduzione del 50%, applicate sugli importi dei turni pieni, non cumulabili con altri sconti e solo in caso di disponibilità vacanti, a coloro che hanno già partecipato alle precedenti edizioni (si consiglia prenotazione).

LA QUOTA INCLUDE

- tutte le meditazioni e sessioni di attività in acqua e a terra (nei 3 turni per un totale circa 20 ore di attività)
- L'utilizzo libero della piscina per esercitazioni domenica pomeriggio dalle 16 alle 18
- Disponibilità della struttura per pernottamento a prezzo in convenzione di € 54 per alloggio in camera doppia e € 66 per alloggio in camera singola (solo in caso di disponibilità di singola)
- Disponibilità di consumare i pasti in loco senza necessità di uscire dalla struttura
- Su richiesta viene rilasciata certificazione di partecipazione valida come credito ECP per tutte le professioni olistiche (non come abilitazione all'esercizio professionale delle tecniche apprese).

LA QUOTA NON INCLUDE

- Tessera associativa annuale 10 euro a persona, (comprendente assicurazione)
- Pernottamento: € 54 a notte a persona in camera doppia o tripla, € 66 a persona in camera singola (se disponibile). Prenotazioni obbligatorie telefonando a Balak 334.9161.209.
- Tassa di soggiorno € 2,00 a persona (solo per chi pernotta in hotel)
- Contributo per l'accesso alla piscina:
 - > **per coloro che pernottano** all'Hotel Continental euro 30 a persona per l'intero weekend
 - > **per coloro che NON pernottano** all'Hotel Continental € 30,00 al giorno
- Pasti: i pasti sono in autogestione "al sacco" da consumarsi direttamente in piscina nel rispetto delle normative sanitarie vigenti. Ti chiediamo quindi di portare cibi nella quantità necessaria al tuo fabbisogno (2 pranzi ed una cena). Consigliamo di scegliere pietanze digeribili e leggere, evitando insaccati e alcolici.
- Viaggio e tutto quanto non espressamente indicato nella voce "la quota include".



COME ISCRIVERSI

Il seminario è a numero chiuso e limitato di partecipanti. Per iscriversi è sufficiente telefonare a Silvia 320.0433.818, per verificare la disponibilità e comunicare le proprie generalità.

Quando viene approvata l'iscrizione e solo successivamente, vi verrà chiesto di effettuare versamento dell'acconto di euro 100 a persona con causale "Quota sociale per contributo attività" su:

Bollettino postale suCC postale n. 92002609

oppure bonifico BANCOPOSTA (codice IBAN BANCO POSTA: IT10 E076 0112 5000 0009 2002 609) intestati a CENTRO OLOS - Via Oberdan, 3 - 33170 PORDENONE

COSA PORTARE

- Viveri, cibi, frutta ed acqua (almeno 2 litri) per il proprio fabbisogno. **NON E' CONSETITO PORTARE NE' CONSUMARE ALCOLICI**
- cibi e vivande personali (the o infusi, dolci, salati, formaggi, verdure, sformati, paste fredde, etc. **E' SCONSIGLIATO PORTARE CARNE ED INSACCATI**).
- abbigliamento comodo e caldo (tute, calzettoni, magliette etc.)
- costumi da bagno, accappatoio, cuffia da bagno e ciabatte, asciugamani grandi (teli mare) e 1 tappano
- se arrivi in auto, porta n. 2 tubi galleggianti (in vendita nei negozi Decathlon o sportivi)
- plaid, tappetino yoga e cuscino da meditazione
- contanti per l'eventuale saldo (non possiamo accettare carte di credito né bancomat)
- ricevuta di pagamento dell'acconto (bollettino postale/bonifico...)

PROSSIMI CORSI

Viste le esigenze di utilizzare una struttura con precise caratteristiche, questo corso si effettua solo due volte all'anno alle terme di Montegrotto e una volta alle terme di Bibione. Per ricevere gli aggiornamenti delle attività di Centro Olos, registrati sul nostro sito o visita il **CALENDARIO** al sito www.centrolos.it

NOTE

- Le attività di Olos sono riservate ai soci.
- E' a disposizione dei soci il servizio **GRATUITO** di **AFFIANCAMENTO OPERATIVO** ed **ORIENTAMENTO PROFESSIONALE**.
- Eventuali ri-frequenze vengono conteggiate come ore di credito formativo in aggiunta a quelle già frequentate in precedenza.
- I titoli di Operatore e Professionista Olistico rilasciati da Centro Olos, (conseguiti al raggiungimento delle rispettive ore richieste), sono di natura privata e costituiscono con dati e riferimenti concreti, un eccellente biglietto da visita a dimostrazione delle reali capacità acquisite dallo studente. Per le caratteristiche e le informazioni in essi contenute, rappresentano, ad oggi, la migliore garanzia per un sereno svolgimento della libera professione di "PROFESSIONISTA OLISTICO" ai sensi della legge 4/13, con specifica esclusione dell'esercizio di attività riconosciute o protette da albi o regolamentazioni specifiche.
- Gli attestati rilasciati da Centro Olos escludono categoricamente la possibilità di compiere terapia, cura, diagnosi o prescrizioni di alcun tipo e non abilitano né autorizzano l'insegnamento delle tecniche apprese durante il seminario.
- Il Professionista Olistico è professione certificata da AIPO, registro di Categoria Professionale ai sensi della legge n. 4 del 14/01/13. - www.sicool.it.
- - Informazioni sulla scuola olistica: www.centrolos.it o contattaci al 334.9161.209.



*Associazione di Promozione Sociale per la Diffusione delle Discipline Olistiche
Scuola per Operatore, Professionista e Counsellor Olistico
affiliata CONACREIS ed accreditata AIPO*

Info: 334.9161.209
centrolos@yahoo.it
www.centrolos.it

FB pagina : Centro Olos Associazione