

Středa 22.4.2015  
18:00 - 20:30

Městská knihovna v Praze  
Korunní 68, Praha 10

Vstupné 100,- Kč



## CYKLUS PŘEDNÁŠEK ZA HRANICE PROCESOVÉ PRÁCE

### Strukturální integrace/Rolfterapie

*jak se dobře cítit a být ve svém těle*

Jak nás ovlivňuje gravitační pole Země? Jak nás ovlivňují pohybové stereotypy? Lze změnit a odstranit letité návyky v používání vlastního těla? Lze se cítit lehce a vyváženě ve vlastním těle a tím i v životě?

Odpovědi přináší metoda Strukturální integrace/Rolfterapie, se kterou se můžete seznámit. Základem této metody je zkoumání vztahu lidského těla a energie pole, ve kterém se člověk pohybuje – gravitačního pole. Gravitační pole země je nesporně nejsilnějším fyzikálním vlivem v životě každého člověka. Také platí, že přiměřený pořádek je energeticky úspornější než nepořádek. Smyslem Rolfterapie je přivést tělo do přirozené rovnováhy s gravitačním polem, a tím zajistit vyvážený pohyb a pocit.

**Přijďte, těšíme se na Vás!**



#### Mgr. Jan Řezáč

Vystudoval Pedagogickou fakultu University Jana Evangelisty Purkyně v Ústí nad Labem. Od roku 2012 pracuje jako rolfterapeut v Praze a Ústí nad Labem. Je členem České asociace strukturální integrace – CASI. Spolupracuje s organizacemi Pod křídly, Sociální klinika a Liga otevřených mužů.

Počet míst je omezený, doporučujeme zájemcům rezervovat si místo na [kurzy@processwork.cz](mailto:kurzy@processwork.cz).

Všechny nevyužitě rezervace se 5 minut před začátkem přednášky ruší.

Dopravní spojení - Metro A - Jiřího z Poděbrad, nebo Tram 10, 16 - zastávka Vinohradská vodárna.