

Projekt

„Osteopatia wisceralna i akupunktura trzewna”

Pragniesz się szkolić, ale nuży Cię już siedzenie na sali? Na myśl o przebywaniu w małym pomieszczeniu przez 3 dni napawa Cię niechęcią? Chcesz czegoś więcej od kursów? Więcej treści, więcej przestrzeni, więcej zabawy, więcej rozrywki i poczucia, że nie tylko się szkolisz, ale i odpoczywasz?

Mamy dla Ciebie propozycję!

Przygotowaliśmy dla Ciebie specjalną ofertę wakacyjno-edukacyjną!

Poznaj

HandMadeHealth

Holidays!

W ramach naszego campa możesz liczyć na idealnie wyważone połączenie edukacji z wypoczynkiem!

Oferujemy:

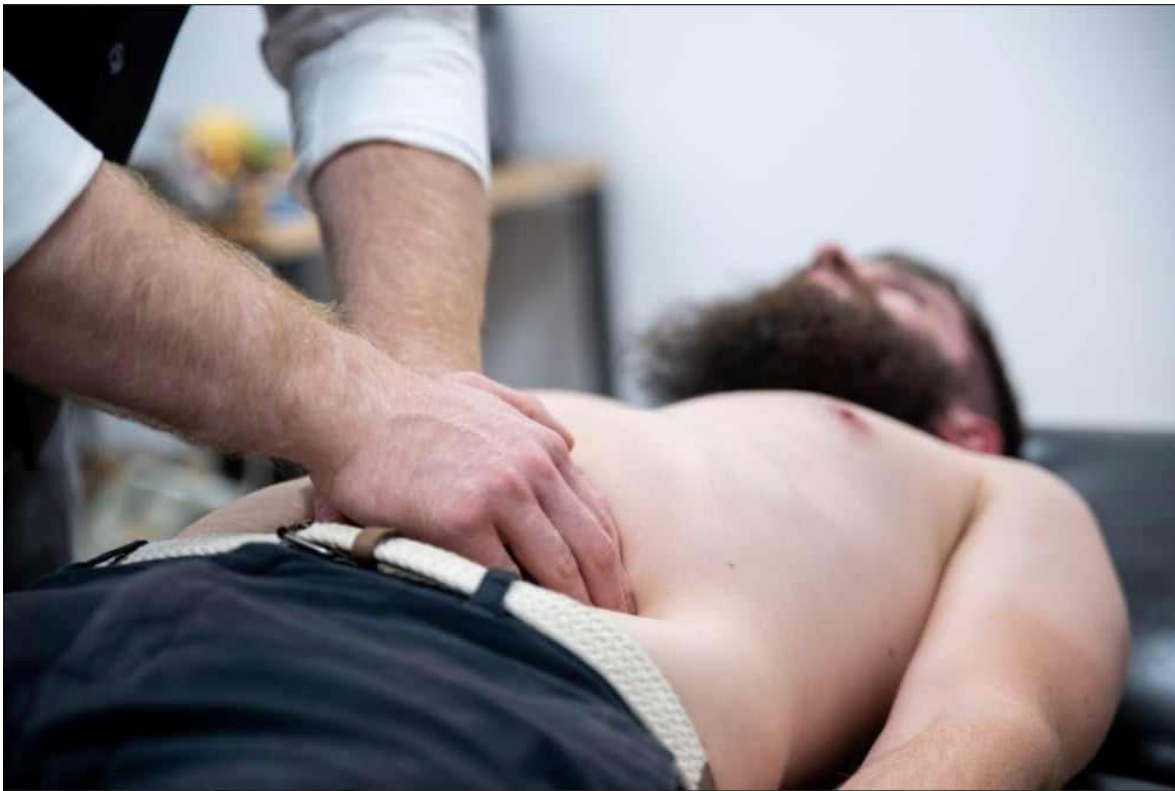
- 1) Pełen kurs Osteopatii Wisceralnej i Akupunktury w zakresie jakiego nie prezentujemy nigdzie indziej
- 2) Zakwaterowanie w przepięknych, klimatycznych i w pełni wyposażonych **DOMKACH NA DRZEWIE** pośród lasu
- 3) Pyszne posiłki przygotowywane przez właścicieli obiektu (śniadanie i obiadokolacja)
- 4) Poranne rozruchy z elementami jogi i stretchingu – prowadzone przez fizjoterapeutkę
- 5) Pomiary składu ciała na początku i końcu wyjazdu
- 6) Medytacje i procesy rozwojowe – prowadzone przez fizjoterapeutę, coacha i hipnoterapeutę
- 7) Tańce intuicyjne – prowadzone przez fizjoterapeutkę i instruktorkę tańca
- 8) Balia z gorącą wodą do odpoczynku wieczorem
- 9) Pomiary HRV dla uczestników
- 10) Kino plenerowe na tle lasu brzozowego
- 11) Gry i zabawy zespołowe, które przygotowuje dla nas zewnętrzna firma animatorska
- 12) Laserowy paintball w lesie
- 13) Terapie od prowadzących dla uczestników – fizjoterapia, osteopatia, akupunktura, medycyna chińska, psychosomatyka, kinezyjologia, energetyka
- 14) Koszulka tematyczna
- 15) Dobra zabawa, wspólne integracje, miła atmosfera
- 16) Wypoczynek pośród pięknego lasu pośród ciszy i spokoju

Poniżej umieszczamy dokładny opis każdej z atrakcji!

1) Pełen kurs Osteopatii Wisceralnej i Akupunktury w zakresie jakiego nie prezentujemy nigdzie indziej

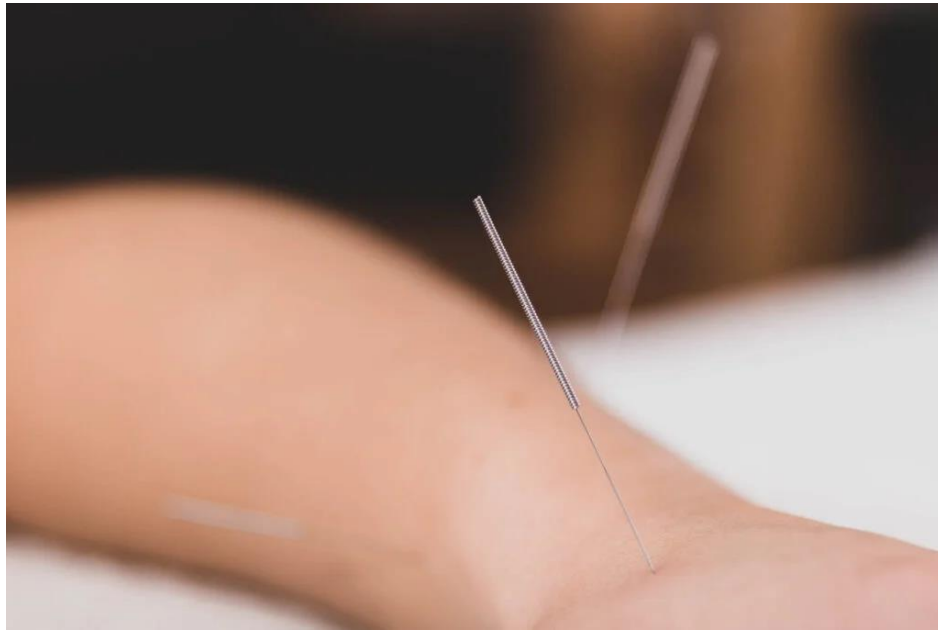
Czym jest Osteopatia wisceralna?

Osteopatia trzewna (wisceralna) to jeden z trzech filarów filozofii osteopatycznej. W jej ramach szczegółowa wiedza anatomiczna i fizjologiczna z zakresu budowy i funkcjonowania narządów wewnętrznych łączy się z szerokim wnioskowaniem klinicznym oraz przystępnymi technikami badania i terapii. Dzięki temu terapeuta uzyskuje skuteczne narzędzie służące do poszerzenia swoich kompetencji diagnostycznych oraz pozwalające pomóc znacznie większej ilości pacjentów.



Czym jest Akupunktura?

Akupunktura jest to forma leczenia wywodząca się z starożytnej Azji. Polega na nakłuwaniu odpowiednich punktów na ciele w celu poprawy krążenia energii Qi. Na kursie nie tylko poznasz Teorie 5 przemian, 12 Urzędników, ale przed wszystkim poczujesz jak ona wpływa na nasze życie.



Czego dowiesz się na szkoleniu:

Głównym celem Szkolenia jest:

- ✚ wykorzystanie Techniki Akupunktury według 5 przemian w celu poprawy luzu tkankowego w obrębie brzucha. W ramach szkolenia zdobędziesz wiedzę, która pozwoli Ci wykorzystać poznane tajniki Akupunktury w praktyce, z niezwykle efektywnością. Metoda ta zaczerpnięta jest z Techniki 4 igieł Johatana. Działa niezwykle szybko, bo po 4 nakłuciach tkliwość czy restrykcje tkankowe brzucha, zostają zmniejszone nawet do 100%.
- ✚ Z ramienia Osteopatii Wisceralnej zdobycie wiedzy na temat mechanizmów perystaltycznych, szczegółów funkcjonowania poszczególnych narządów układu pokarmowego, nauka palpacyjnej oceny trzewi oraz ich aparatu wieszadłowego, różnicowania zaburzenia i wykluczania czerwonych flag, a także przeprowadzania skutecznej terapii dedykowanej zmienionym funkcjonalnie tkankom.

PROGRAM SZKOLENIA:

1. Powitanie uczestników. Zapoznanie się z oczekiwaniami grupy
2. Wprowadzenie do koncepcji osteopatii trzewnej
3. Wprowadzenie do koncepcji akupunktury
4. Ćwiczenie adaptacyjne do pryncypiów akupunktury
5. Wprowadzenie do koncepcji 5 elementów
6. Globalna ocena czerwonych flag – teoria
7. Globalna ocena czerwonych flag – praktyka
8. Palpacji warstwowa tkanek – ćwiczenia wprowadzające i na pacjencie
9. Diagnostyka z poziomu angiotomów, miotomów, dermatomów, sklerotomów i korelacja z wiscerotomami
10. Badanie jamy brzusznej
11. Wprowadzenie do istoty 6 wybranych meridianów
12. Wprowadzenie do 6 kolejnych meridianów
13. Podsumowanie informacji o meridianach
14. Fizjologia przewodu pokarmowego – perystaltyka
15. Techniki wkląć – teoria i praktyka
16. Diagnozowanie z języka
17. Przelyk – teoria, badanie i terapia
18. Tonifikacja akupunkturowa żołądka
19. Żołądek – teoria, badanie i terapia
20. Tonifikacja akupunkturowa pęcherzyka żółciowego
21. Wątroba i pęcherzyk żółciowy – teoria, badanie i terapia
22. Tonifikacja akupunkturowa jelita cienkiego
23. Jelito cienkie – teoria, badanie i terapia
24. Tonifikacja akupunkturowa jelita grubego
25. Jelito grube – teoria, badanie i terapia
26. Tonifikacja akupunkturowa pęcherza moczowego
27. Nerki i pęcherz moczowy - teoria, praktyka i terapia
28. Tonifikacja akupunkturowa potrójnego ogrzewacza
29. Back Shu Point –teoria i praktyka (AE)
30. Techniki dla Autonomicznego Układu Nerwowego
31. Wzmocnienie Yang przez Mokse – Dragon-Moxibustion
32. Odporność w szczegółach - jak działa Twoja śledziona i jak ją zbadać?
33. Wprowadzenie do psychosomatyki z poziomu poziomu odczuwania emocji w trzewiach oraz podejścia akupunktury do uwolnień psychoemocjonalnych

2) Zakwaterowanie w przepięknych, klimatycznych i w pełni wyposażonych DOMKACH NA DRZEWIE pośród lasu.

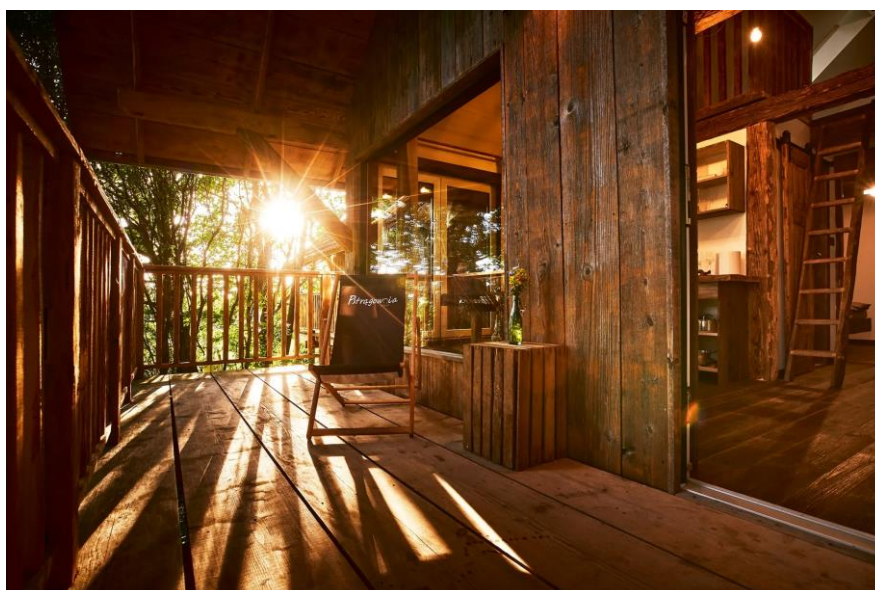
Naszym lokum są duże i klimatyczne domki na drzewach położone w Stara Kuźnia Pstrągownia w lesie pod Rzeszowem



Domki są w pełni wyposażone i zaopatrzone w prąd, wodę i kanalizację. Uroku niewątpliwie dodaje ich wystrój.

Dostępne domki to:

- 8 osobowy (Dąb) - najpotężniejszy z naszych domów. W tarasie znajduje się stary dąb. Osoby zakwaterowane w tym domu czują siłę dębu.



- 4 osobowe (Fajrant Kowala) - zlokalizowany na Jabłoni, w klimacie sadu jabłkowego, z lustrem z plastra ponad stuletniej jabłoni, stołem z jabłoni i widokiem na łąkę oraz las brzoźowy.



- 5 osobowe (Jabłoń) - zlokalizowany na Jabłoni, w klimacie sadu jabłkowego, z lustrem z plastra ponad stuletniej jabłoni, stołem z jabłoni i widokiem na łąkę oraz las brzoźowy.



- 5 osobowe (Klon) - w lecie najbardziej ukryty w gęszczu zieleni, a w zimie z najbardziej rozległym widokiem z którego przy odrobinie szczęścia widać nawet Tatry.



Spełnij swoje dziecięce marzenie o domu na drzewie, kilka metrów nad ziemią, przyroda uspokaja najbardziej skołataną myślenie i dyktuje swój rytm i harmonię. Oderwij się od przywiązanych do ziemi codziennych spraw i zamieszkać w jednym z naszych domów kilka metrów nad ziemią.

Znajduje się tam również infrastruktura wykonana z materiałów, z rozbiórek starych chałup i stodół. Stare, około stuletnie materiały takie jak bale, deski, dachówki, cegły - to wszystko daje niepowtarzalny klimat budynkom. Stara Kuźnia, to idealna miejscówka na szkolenie na łonie natury, przy grillowisku oraz odpoczynek przy lampce dobrego napoju przy otwartym kominku.



A wokół nas rozciągać się będą setki hektarów lasów, łąk i pól – niemalże na naszą wyłączność!

Podczas pobytu w obiekcie Domy na drzewach - Stara Kuźnia Pstrągownia do naszej dyspozycji są: ręczniki, pościel, papier toaletowy, miejsce do pracy, miejsce na ognisko, grill, winnica, klimatyzacja, mydło, ekspres do kawy / kawiarka, naczynia, kieliszki i sztuce, garnki i patelnie, czajnik, lodówka, płyta kuchenna / kuchenka, balia, jacuzzi, prysznic, toaleta, bieżąca woda.



3) Pyszne posiłki przygotowywane przez właścicieli obiektu (śniadanie i obiadowokolacja)

Na miejscu czekają na uczestników pyszne posiłki przygotowywane z lokalnych produktów przez gospodarzy. Dostępne będą śniadanie i obiadowokolacja.

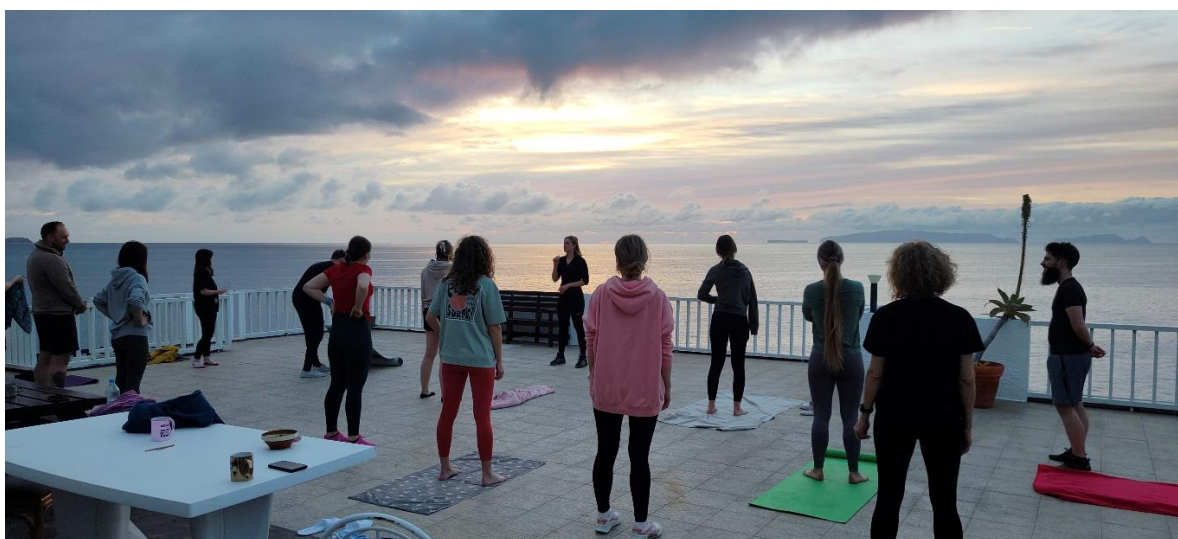


4) Poranne rozruchy z elementami jogi i stretchingu– prowadzone przez fizjoterapeutkę

W ramach zdrowego rozpoczęcia dnia, uczestnicy mają możliwość uczestniczyć w codziennych porannych rozruchach prowadzonych przez fizjoterapeutkę i instruktorkę tańca – Paulinę Żytkowską.



Rozruchy odbywają się **o poranku**, dzięki czemu możemy witać dzień z przepięknym widokiem naszej gwiazdy świeżo wynurzonej zza widnokregu.



(Powyższe zdjęcie pochodzi z naszego Campa na Maderze)

Program rozruchów i treningów zakłada zróżnicowane formy aktywności fizycznej. Od tabaty, przez elementy jogi, stretching, ćwiczenia oddechowe, treningi koordynacji nerwowo-mięśniowej, wzmacnianie stabilizacji centralnej, cardio aż po ćwiczenia neurorozwojowe.



(Powyższe zdjęcie pochodzi z naszego Campa na Maderze)



5) Pomiary składu ciała na początku i końcu wyjazdu

Dla naszych uczestników mamy przygotowany również pomiar składu ciała, w który wchodzi:

- ocena ilości procentowego składu masy mięśniowej
- ocena zawartości tkanki tłuszczowej
- ocena stanu nawodnienia organizmu
- ocena masy i gęstości tkanki kostnej

Pomiary wykonane zostaną pierwszego i ostatniego dnia pobytu, dzięki czemu wszyscy będziemy mogli obserwować własny progres uzyskany poprzez uczestnictwo w oferowanych aktywnościach. W końcu nasz wyjazd to nie tylko szkolenie, ale także wypoczynek i rozwój zarówno mentalny, jak i fizyczny!



6) Medytacje i procesy rozwojowe – prowadzone przez fizjoterapeutę, coacha i hipnoterapeutę

Na uczestników Campa czeka również bogata oferta rozwojowa. Każdego dnia wieczorem odbywać się będą medytacje i procesy rozwojowe, które prowadzić będą fizjoterapeuci, coache i hipnoterapeuta – Dawid Gut oraz Kamil Wolak.

Celem medytacji jest pomoc uczestnikom w odnalezieniu wewnętrznego spokoju, wspomnienie regulacji reakcji na stres oraz głębsze poznanie siebie.

W ramach przeprowadzonych procesów rozbudujemy również wewnętrzne zasoby pewności siebie, popracujemy z potrzebami wewnętrznego dziecka oraz zanurzymy się w naturę odkrywając elementy łączące naszą egzystencję z jej uniwersalnymi prawami, rytmem i siłą spokoju.





7) Tańce intuicyjne – prowadzone przez fizjoterapeutkę i instruktorkę tańca

*„Życie to śpiew, **życie to taniec**, życie to miłość. Wielu ludzi pyta mnie o to samo, ale jak ty to robisz?, skąd czerpiesz tę radość? A ja odpowiadam, że to proste, to umiłowanie życia, to właśnie ono sprawia, że dzisiaj na przykład buduję maszyny, a jutro... kto wie, dlaczego by nie, oddam się pracy społecznej i będę ot, choćby sadzić... znaczy... marchew.”*

Odnosząc się do powyższych słów Skryby, możemy zauważyć pewną fundamentalną zasadę – **Życie to taniec** – i właśnie dlatego na naszym Campie prowadzone będą tańce intuicyjne!



Podczas tego rodzaju tańca nie obowiązują żadne konkretne wytyczne dotyczące kroków. Nadrzędną zasadą jest wsłuchanie się we własne ciało i podążanie w sposób, jaki tylko ono potrzebuje. Możesz bujać się do woli, wyginać śmiało ciało, usiąść się i udawać ukwiał na dnie oceanu, lub położyć i majtać stopami do zachodzącego słońca. A może będziesz czuć

potrzebę poskakania? Śmiało! Możesz tupać nóżką, niczym jeź, wyrzucać wszystkie (dwie, a jak masz więcej to czemu nie) ręce w górę i robić wszelkie udziwnione akrobacje, których potrzebuje Twoje ciało, bez jakiegokolwiek ryzyka bycia ocenianym, bo wszyscy wokół robią to samo! Tu **nie ma tak, że dobrze, albo że nie dobrze** – tu jest tylko Twoja wewnętrzna potrzeba ruchu, którą możesz swobodnie zaspokoić w akompaniamencie starannie dobranej muzyki oraz sugestii kolejnych elementów procesu od prowadzącej!



8) Balia z gorącą wodą do odpoczynku wieczorem

Ach wieczorny wypoczynek w gorącej wodzie z bąbelkami, z lampką smakowitego napoju w ręce. Również i ta forma w pełni zasłużonej regeneracji będzie dostępna dla naszych uczestników. Pomyśl tylko. Wieczór, zachód słońca nad lasem, śpiew ptaków, relaks i Ty!



9) Pomiary HRV dla uczestników

Zdrowie jest wartością nadrzędną, w związku z tym o tę wartość należy priorytetowo dbać! Dlatego też naszym uczestnikom oferujemy możliwość skorzystania z pomiarów parametrów Autonomicznego Układu Nerwowego oraz skonsultowania ich z profesjonalistami zajmującymi się na co dzień ich oceną i programowaniem procesu terapeutycznego w przypadku występujących zaburzeń.

HRV jako zmienność rytmu zatokowego w połączeniu ze Stress Index czyli wskaźnikiem ilości pobudzenia stresowego w organizmie oraz z oceną tachografu – stanowią obiektywne narzędzie pomiarowe do obserwowania obciążenia organizmu przez stres fizyczny, metaboliczny i psychoemocjonalny w czasie rzeczywistym. Jest to najskuteczniejsza metoda oceny stanu zdrowia organizmu.



10) Kino plenerowe na tle lasu brzozowego

Wieczorem przed mym domkiem na drzewie

Wystawię ekran i wyświetlę film

Coś o mojej i Twojej wątrobie

Będę leczył chore meridiany

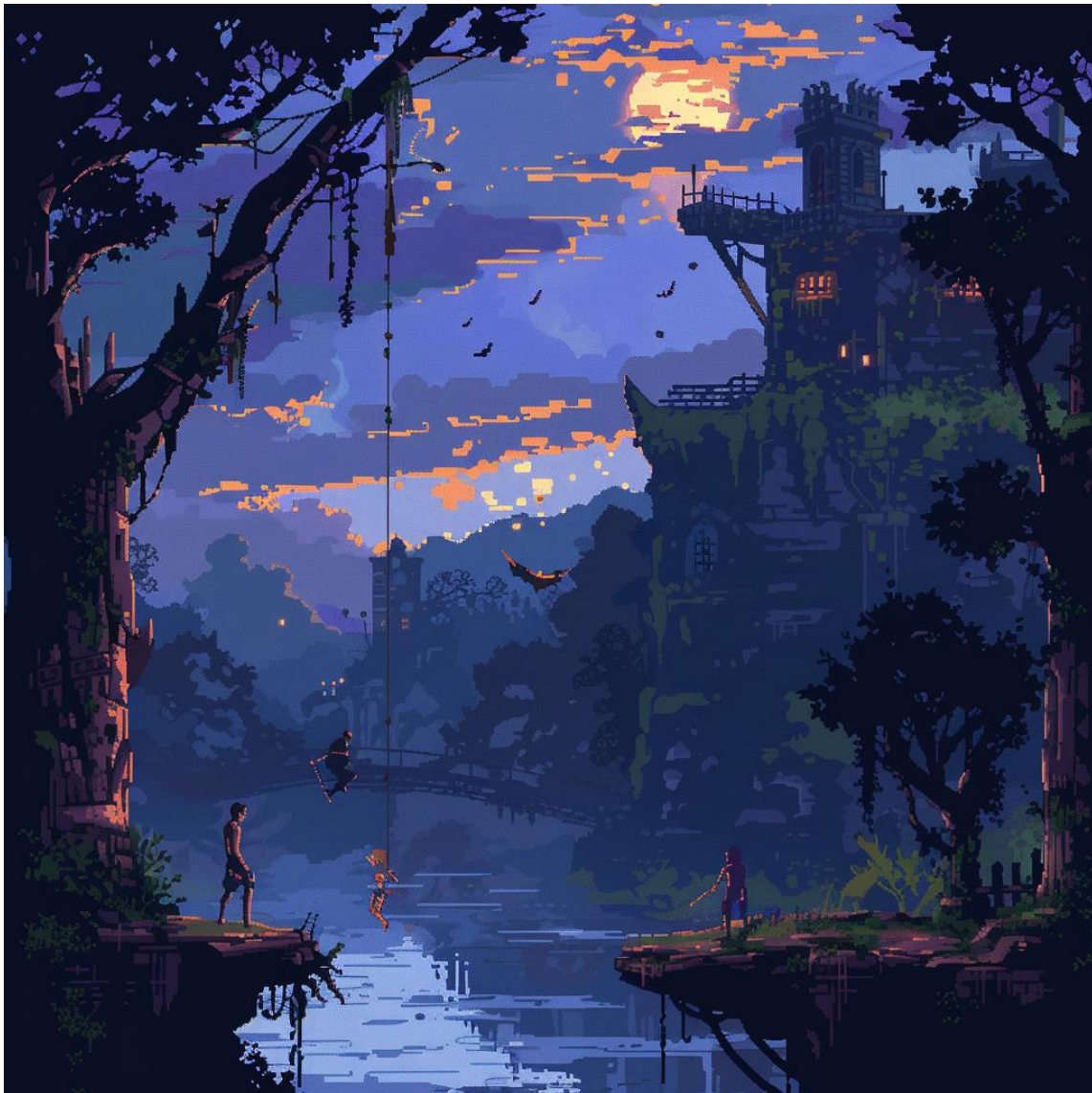
Odrobina rozrywki kulturowej jako dodatek dla fizjo-szkolenia? A i owszem, jeszcze jak! Zorganizujemy sobie seans wybranego filmu w najlepszym kinie plenerowym, w jakim kiedykolwiek byłeś/eś



11) Gry i zabawy ruchowe, które przygotowuje dla nas zewnętrzna firma animatorska

Dobra zabawa w ramach wzajemnej integracji i rozrywki! Bo nauka z HandMade Health jest zawsze czystą przyjemnością!

Zewnętrzna firma zabierze nas w podróż do świata zbójników, gdzie uczestnicy będą zmuszeni połączyć siły, aby odbić jeńca z rąk zbójceckiej bandy. Czy im się uda? Czy jeniec ujdzie cało? Czy jajko było wcześniej, niż kura? Na te pytania poznasz odpowiedź jedynie na Campie!



12) Laserowy paintball w lesie

„Bo jak się bawić to się bawić. Bierz giwery!” ~ Dawid

Decyzją organizatorów niniejszego Campa jest, że ma być dobrze, tanio, wyśmienicie. A żeby było wyśmienicie to czego brakowało? Oczywiście, że paintballu! A żeby było bardziej miło, to będzie on bezbolesny, bo laserowy. Więc tym bardziej dobra zabawa, bez frustracji zwichrowanym celownikiem i kiepską nośnością kul.

Poczuj się jak prawdziwy partyzant w lasach wschodniej flanki!

(nigdy nie wiesz kiedy może Ci się przydać to doświadczenie!)



13) Terapie od prowadzących dla uczestników – fizjoterapia, osteopatia, akupunktura, medycyna chińska, psychosomatyka, kinezylogia, energetyka

Ostatnim z oferowanych bonusów dla uczestników wyjazdu jest dostęp do terapii manualnej i akupunktury wykonywanej przez doświadczonych terapeutów – Paulinę Żytkowską, Kamila Wolaka, Erwina Michalaka i Dawida Guta.



14) Koszulka tematyczna

To już tradycja, że każdy organizowany przez nas Camp posiada własną, unikatową koszulkę dla uczestników.

Nie inaczej będzie i tym razem!

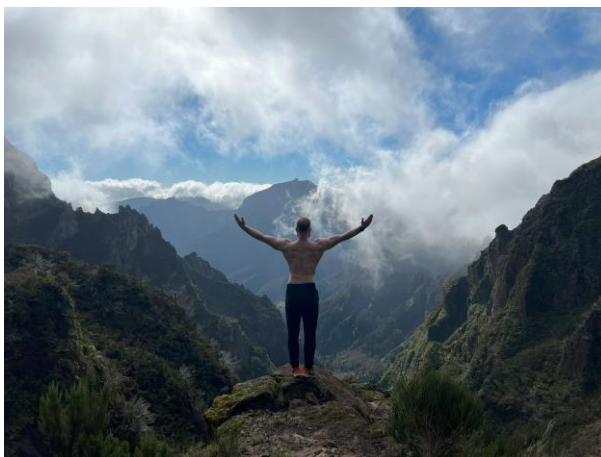
Dlatego też otrzymasz od nas specjalny ubiór, którym będziesz mogła/mógł wyróżnić się spośród szarego tłumu swoich znajomych!

Wzór tego giftu pozostaje jednak tajemnicą do momentu jego wręczenia, tak więc ciii....



15) Dobra zabawa, wspólne integracje, miła atmosfera

Tego zakresu chyba nie musimy tłumaczyć. Będzie po prostu **WYBORNIE!**



16) Wypoczynek pośród pięknego lasu, ciszy i spokoju

Brak aut. Brak zgiełku miasta. Brak szefa. Brak obowiązków. Tu fiskus Ciebie nie złapie, bo ciężko znaleźć na mapie. Totalna wolność. Las. Zieleń. Ptaki. Żubr, bóbr, #!\$%@?, łoś, lis, wilk, kuna, koń, wydra, ryjówka, zając - to są zwierzęta, które żyją w Polsce...

No dobra, żubra, wilka, czy dzikiego konia raczej nie spotkamy. Ale jeśli wierzyć słowom Freda - „Kaczka to max co może z Ciebie być” - to mamy szansę spotkać reinkarnowanego Gruchę.



Ile to kosztuje???

Poniżej prezentujemy wartość zawartych w ofercie udogodnień:

- 1) Tygodniowe szkolenie z Osteopatii Wisceralnej i Akupunktury – 4500zł
- 2) Zakwaterowanie w domkach na drzewie przez tydzień/os – 1200zł
- 3) Wyżywienie/os – 700zł
- 4) Cykl 7 prowadzonych porannych treningów rozruchowych - 1000zł
- 5) Medytacje i procesy rozwojowe – 1000zł
- 6) Tańce intuicyjne – 200zł
- 7) Atrakcje (balia, kino, paintball, ekipa Zbójników) – 600zł
- 8) Terapia manualna dla uczestników – 200zł/każda
- 9) Pomiar składu ciała – 100zł/każdy
- 10) Pomiar HRV wraz z analizą – 500zł/każdy
- 11) Wypoczynek i święty spokój w pięknym lesie oraz atmosfera wyjazdu – bezcenne

Łącznie: ~~10.000zł~~

Specjalnie dla Was przygotowaliśmy ofertę **TAŃSZĄ O 55%!!!**

Dlatego cena wyjazdu wynosi: **4500zł**

PROWADZĄCY

Dawid Gut - Fizjoterapeuta, osteopata, naturopata, neuroterapeuta, hipnoterapeuta. Założyciel i pomysłodawca projektu HandMadeHealth, w ramach którego przeprowadził ponad 140 szkoleń z zakresu terapii manualnej, wisceralnej, czaszkowo-krzyżowej, psychosomatycznej, kinezylogicznej i energetycznej.

Jako instruktor, Dawid bardzo duży nacisk kładzie na podstawy, co oznacza dogłębne zrozumienie anatomicznych i fizjologicznych zależności oraz podstaw do wykonywania terapii. Wraz ze szczegółową znajomością podstaw, łączy się świadomość odnośnie stosowanych technik. Stąd właśnie "rozumienie, zamiast odtwarzania" jest maksymą przyświecającą szkoleniom prowadzonym przez Dawida.

Ponadto Dawid duży nacisk kładzie na integrację różnych koncepcji terapeutycznych, łącząc klasyczne medyczne podejście, z filozofią sztuk medycznych wschodu, a także energetyką i hipnozą. Wszystko po to, aby pielęgnować szeroki i wielowymiarowy obraz pacjenta i potencjalnych przyczyn jego dolegliwości.



Erwin Michalak - Absolwent Fizjoterapii na Collegium Medicum im. Ludwika Rydygiera UMK w Bydgoszczy, Dyplom Akupunkturzysty Zawodowego otrzymał w Szkole Akupunktury Tradycyjnej im. Michała Boyma w Bydgoszczy. Aktualnie Student Osteopatii FICO – WAM w Warszawie.

Prowadzi swoją Praktykę w Gabinetcie „Erwin Michalak Internal Medic”. W swojej pracy poszukuje i wykorzystuje zależności medycyny Chińskiej i medycyny Akademickiej, w celu większej efektywności i szerszego spektrum działania. Pasjonat Holistycznego patrzenia na człowieka, z czego powstała nazwa jego gabinetu „Internal Medic” – Wewnątrz Medyk/Lekarz.

Uważa, że tak naprawdę Terapeuci w swojej pracy stwarzają odpowiednie środowisko w celu samoleczenia organizmu. Prawdziwym leczeniem zajmuje się nasz wewnętrzny lekarz.



Paulina Żytkowska - Fizjoterapeutka, neuroterapeutka, instruktorka rekreacji ruchowej ze specjalizacją taniec oraz studentka osteopatii.

Od dziecka związana z tańcem i sceną. Oprócz codziennej pracy gabinetowej, promuje zdrowy tryb życia, pomagając swoim podopiecznym zwiększać świadomość swojego ciała i jego emocje. Łączy swoją pasję z zawodem fizjoterapeuty prowadząc zajęcia z tańca intuicyjnego grupie HandMadeHealth. W gabinecie integruje wiedzę z nauk medycyny konwencjonalnej oraz niekonwencjonalnej.

Według Pauliny utrzymanie zdrowego ducha i ciała uzależnione jest od nas samych, ponieważ “wszystko, czego potrzebujesz masz już w sobie”, a terapeuta jest jedynie przewodnikiem do odnalezienia pełni zdrowia. Z tego powodu, ważne jest poznawanie własnego ciała i jego reakcji na konkretne bodźce.

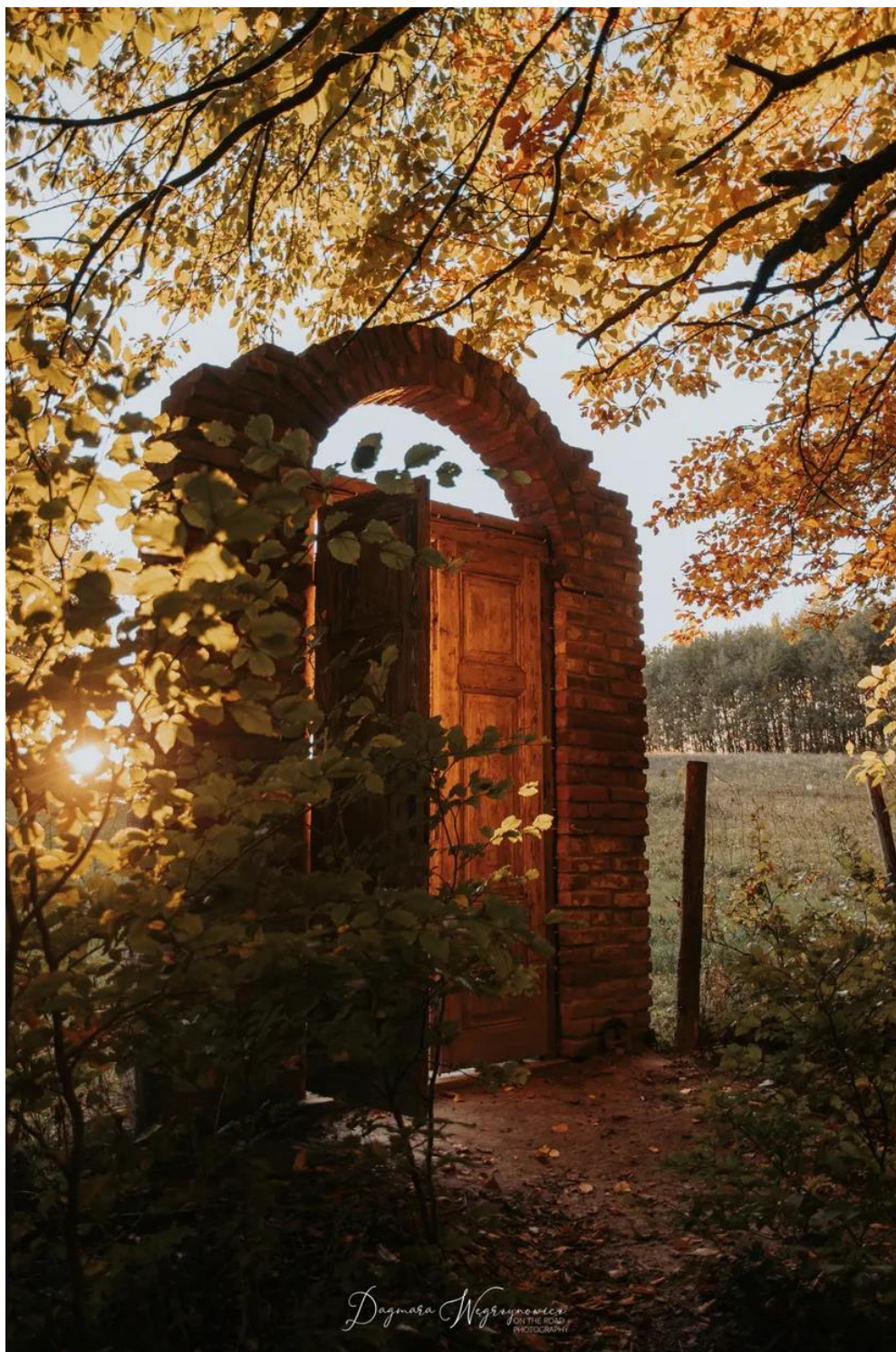


Kamil Wolak - Fizjoterapeuta, neuroterapeuta, naturopata. Współzałożyciel projektu Handmade Health. Instruktor szkoleń oraz warsztatów dla terapeutów z zagadnień suchej igłoterapii, terapii manualnej i medytacji.

Prowadzi gabinet fizjoterapeutyczny, w którym pomaga pacjentom uporać się z bólem. W pracy skupia się na odnalezieniu przyczyny problemu, tak by skutecznie przynieść ulgę. Lubi techniki narzędziowe, szczególnie suchą igłoterapię, a do swojej pracy często włącza Tradycyjną Medycynę Chińską. Uważa, że to nie terapeuta leczy pacjenta, tylko to pacjent leczy się sam.



**Pozwól sobie otworzyć drzwi do
przyszłości z HandMadeHealth!**



Dagmara Węgrzynowska
ON THE ROAD
PHOTOGRAPHY

Masz pytania?

Skontaktuj się z nami pod adresem: biuro@handmadehealth.pl

Pod numerem telefonu: +48 694 535 467

Lub na social mediach:

IG: https://www.instagram.com/handmade_health/

FB: <https://www.facebook.com/profile.php?id=61554915631212>

Odwiedź naszą stronę internetową: <https://www.handmadehealth.pl/>

DO ZOBACZENIA!