

SPIRAALISTABILAATIO (SPS)

KOULUTUSMATKA PRAHAAN 3.-8.12.2021



Kohti Prahon Joulua!

Lähdetkö mukaani matkalle, jossa yhdistyvät Spiraalistabilaatio ja Prahon Joulutunnelma?!

Pääaiheena Prahassa tällä kertaa on **sisäelinten ja tuki- ja liikuntaelinten väliset toiminnalliset suhteet Spiraalistabilaation näkökulmasta.**

Neljän päivän kurssi kattaa kansainvälisen koulutusohjelman osuuden 6. "Vertebrovisceral relationships", joka on mielestäni yksi parhaita Spiraalistabilaatio -koulutuksen osuuksia!

Sisäelinten muodostama järjestelmä on jatkuvasti vuorovaikutuksessa tuki- ja liikuntaelimistömme kanssa. Ne täydentävät ja vaikuttavat toisiinsa sekä positiivisessa että negatiivisessa mielessä - toisin sanoen toimintahäiriö yhdessä järjestelmässä voi johtaa toisen toimintahäiriöön ja päinvastoin. Kurssin aikana ymmärrät kuinka syvälle ihmiskehoon laadukkaasti liikkeen vaikutukset ulottuvat ja miten voit vaikuttaa kehon kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin vahvistamalla sen luonnollisia liikemalleja.

Kurssipäivät 4.-7.12. koostuvat, kuten aina sekä liike- että manuaaliterapiasta. Päivät osuvat välille la-ti eli paikalle tulisi saapua **pe 3.12.** Ne, jotka haluavat palata aikaisemmin, voivat varata paluu lennon jo viimeisen kurssipäivän illaksi. Kurssi aikataulu on joka päivä **9-13 ja 14-17**, jonka jälkeen ehtii vielä hyvin kaupungille ostoksille ja syömään.

Hintaan sisältyvä majoitus kattaa sekä kurssia edeltävän, että sen jälkeisen päivän majoituksen kahden hengen huoneessa, joko Smisek Hotellissa, jossa on neljä kahden hengen huonetta tai viereisessä, saman tasoisessa Pavlownia Hotellissa. Olisi hyvä, jos mahdollisimman moni majoittuisi kahden hengen huoneisiin.

Matkapaketin sisältö:

- Saapuminen perjantaina 3.12. - lähtö keskiviikkona 8.12.
- Hotellimajoitus 5 yötä aamiaisella kahden hengen huoneessa
- Kurssi 4 pv
- Bussi- tai taksikuljetus kentältä / -lle
- **Hinta: 585 €**
- Lisävuorokausi hotellissa maksaa 35€/yö kahden hengen huoneessa aamiaisella.
- Lisämaksu yhden hengen huoneesta kurssin aikana on 30 € /vrk.

Kurssipaketti maksetaan suoraan Smisek Hotellille kurssin lopussa joko tsekin kruunuissa tai euroissa. Maksuvälineinä luottokortti tai käteinen. Hotellissa on mahdollista lounastaa hintaan 5-10 euroa / ateria - maksu tapahtuu käteisellä kurssin lopussa ravintolaan. Muutenkin kannattaa vaihtaa jonkun verran tsekin kruunuja bussi/metrolippuja ym. varten.

Mahdolliset ylimääräiset manuaaliset hoidot (a' 40€) kannattaa varata kauttani etukäteen sähköpostitse.

ILMOITTAUMISET MIELELLÄÄN LOKAKUUN ALKUUN MENNESSÄ. VAHVISTUKSEN SAATUASI VOIT VARATA LENTOSI. Finnairin lisäksi Prahaan lentävät edullisesti KLM, Ryan Air, Air Baltic, Lufthansa jne. Itse matkustan 3.12. Finnairin iltalennolla (AY 1223).

Huom! Ilmoittaudu ensin ja varaa lentosi sen jälkeen! Näin varmistat kurssipaikan, joita on rajoitetusti. Lennot varattuasi, ilmoita siitä minulle ja anna samalla lennon tiedot sekä aikataulut. Varaan tämän perusteella kuljetukset ja huoneet ym. hotelleista.

Lisätietoja saa kauttani:

Tiina - puh. 044 - 5060304

Tiina Arrankoski
Askel International Oy
www.spiraalistabilaatio.fi
www.askeleducation.com
tiina.arrankoski@askeleducation.com

