

REJS ODKRYWCÓW (03-10.08.2024)

Czy jesteś świadom istnienia bliskiej Ci istoty, która wiele lat temu została zagubiona?
Jak odkryć sekretne miejsce, w którym ukrywa się Twoje wewnętrzne dziecko?
Kiedy wyruszyć w poszukiwaniu swojego zranionego wewnętrznego dziecka?

Odpowiedzi na te i inne pytania znajdziesz podczas tygodniowego, bardzo intensywnego treningu intrapersonalnego pt: „Rejs odkrywców”. Dzięki temu doświadczysz procesu osobistych zmian w dotychczasowych sposobach i wzorcach myślenia, spostrzegania i reagowania. Naruszenie stabilności utrwalonych wzorców wywołuje konieczność szukania nowych rozwiązań kiedy pojawia się poczucie niepewności, niepokoju i poczucia zagrożenia. Stan ten mobilizuje psychologiczne mechanizmy obronne, których działanie polega głównie na zniekształcaniu obrazu zewnętrznej i wewnętrznej rzeczywistości jednostki oraz na czasowym zablokowaniu procesu uczenia się. Jednak pełna mobilizacja tych mechanizmów może wystąpić dopiero przy znacznym przekroczeniu granic strefy komfortu i pracy z emocjami i kontakcie ze swoim zranionym wewnętrznym dzieckiem.

Dzięki sprawdzonym narzędziom i wsparciu innych doświadczysz na własnej skórze jak strach, smutek czy gniew przestaną przytłaczać i staną się jak fala i wiatr. Nauczysz się wykorzystywać ich moc, by zmierzać tam, dokąd pragnie płynąć twoje prostolinijne dziecięce serce.

Przy sterze: Radek Helwich (BRadek) i goście specjalni
Port macierzysty: Klub Miła Kamień
Jachty: Antila 33.3+ (2021/2022 rok budowy)
więcej pod linkiem: <https://www.czarterymila.pl/antila-33-3+>
Trasa: Szlak Wielkich Jezior Mazurskich
Info: +48 790 474 396

Spotkanie organizacyjne on-line (ZOOM): sobota 21.07.2024 godz. 19:00-20:00

Program

Godziny/Dni	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	
	1	2	3	4	5	6	7	8	
6:00-6:30	dojazd do miejscowości Kamień „KLUB MILA”	przebudzenie i medytacja poranna							
6:30-7:00		ćwiczenia poranne z potrzebami wewnętrznego dziecka							
		Planowanie	Embrion	Niemowlę	Dziecko 1-3	Dziecko 4-6	Dziecko 7-9	Dziecko 10-12	
7:00-8:00		warsztat poranny z emocjami wewnętrznego dziecka							
		LĘK	RADOŚĆ	AKCEPTACJA	MIŁOŚĆ	WSTYD	GNIEW	SMUTEK	
8:00-8:45		śniadanie							
9:00-14:00		pływanie – szkolenie							ZAKOŃCZENIE
14:00-14:45		obiad							
15:00-17:00		pływanie – szkolenie							Powrót do domu
17:00-18:30	START	warsztat wieczorny – praca w grupie							
18:30-19:00	kolacja								
19:00-20:30	warsztat nocny z postawami wewnętrznego dziecka							Powrót do domu	
	BEZTROSKA	NIEPEWNOŚĆ	EUFORIA	OTUCHA	BLISKOŚĆ	UCIECZKA	WOJNA		
20:30-22:00	MOC ŻYWIŁÓW								
	WODA	OGIEŃ	POWIETRZE	ZIEMIA	DREWNO	METAL	NIEBO		
22:00-22:30	prawdziwe wyzwania poszukiwaczy								
22:30-23:00	toaleta, medytacja wieczorna i sen								

Koszty

Koszty	Cena dla Pacjentów ESC za 1 osobę przy płatności:		Cena dla innych za 1 osobę
	Do 1.06.2021	Do 1.07.2021	
Opcja do wyboru			
VIP - 1 miejsce w 2 osobowej koi zamykanej	2 690,00 zł	2 990,00 zł	Do ceny podstawowej + 450zł
COMFORT - 1 miejsce leżące w 2 osobowej koi otwartej (mesa główna)	2 490,00 zł	2 790,00 zł	Do ceny podstawowej + 450 zł
Kaucja – dodatkowo (zwrot po rejsie)	400,00 zł		

Cena obejmuje:

- zakwaterowanie na jachcie, ubezpieczenie załogi,
- paliwo, opłaty portowe, postoje, ogniska
- szkolenie (7 dni).

Cena nie obejmuje:

- wyżywienia przygotowywanego przez członków załogi – składka w wysokości 300 zł,
- kosztów dojazdu,
- parkingu dla samochodów,
- dodatkowych atrakcji poza programem ramowym,
- dodatkowych posiłków poza jachtem.

Zapisy przez formularz zgłoszeniowy (pod linkiem na stronie).

Ilość miejsc ograniczona. Pierwszeństwo mają osoby będące w terapii w ośrodku ESC.

W razie pytań proszę o kontakt telefoniczny +48 790-474-396 lub mailowy info@esc123.net.