

# MIND SET

02.02.19-09.02.19

Осознанный отдых для души и тела

 MIND.SET.TOUR

#MINDSETTOUR

 89207984632

# Что такое отдых?

Отпуск, по крайней мере в теории, – это лучшая возможность провести время так, как нам хочется.

---

Некоторые предпочитают проводить это свободное время в людных местах, другие — в одиночестве.

Так или иначе, мы проводим отпуск так, как хотим именно мы.

---

Мы спешим поработать, спешим выспаться, спешим повеселиться.

Приходится очень тщательно планировать свой день, чтобы успеть сделать как можно больше.

В таком режиме наш мозг постоянно обрабатывает информацию, постоянно планирует, постоянно живет в мыслях о будущем, останавливаясь только на время сна: рабочие дела, планы на выходные, телевизор, интернет, общение.

---

Гиперактивность в последнее время стала синонимом энергичности и эффективности.

Что мешает нам отдыхать?

---

Спешка, активность, информация, стресс, планирование.

---

А что такое отдых для вас?

Может ли отдых быть идеальным?



02.02.19-09.02.19

**MIND SET**

Индия, ГОА.

---

Отпуск - это единственное время для многих из нас, когда мы можем успокоить свой ум и прийти к какому-то новому пониманию самих себя и своей жизни.

Когда наш ум успокаивается, тогда пробуждается наше восприятие, становясь чутким и готовым воспринимать новые образы и рождать новые идеи.

Возможно, вам сначала будут доставлять дискомфорт минуты покоя.

Нам всем действительно нужно научиться отдыхать правильно.

**Как нужно проводить отпуск, чтобы после него вы возвращались свежими и отдохнувшими, полными новых идей и сил для их реализации?**

 MIND.SET.TOUR

#MINDSETTOUR

 89207984632

02.02.19-09.02.19

**MIND SET**

Индия, ГОА.

---

Абсолютно новый формат отдыха.

---

MSTour - это единство с природой и новое восприятие себя.

Это возможность отойти от суеты города и приблизиться к своей истинной природе, получить собственный опыт качественно иного восприятия жизни.

---

MSTour - то, что вы давно искали, но боялись найти.

---

Такой формат мероприятия позволит вам глубоко расслабиться, качественно отдохнуть, узнать много нового и при этом получить массу новых впечатлений и знакомств с близкими по духу людьми.

 MIND.SET.TOUR

#MINDSETTOUR

 89207984632

# ДАВАЙТЕ ПОПРОБУЕМ ОТВЛЕЧЬСЯ ОТ РАЗДРАЖИТЕЛЕЙ И РАССЛАБИТЬСЯ ПРЯМО СЕЙЧАС ПРИ ПОМОЩИ МЕДИТАЦИИ.

Считается, что медитативные практики способствуют концентрации внимания, успокоению, гибкости ума и рассудительности, помогает воспринимать окружающую действительность более гармонично, приносят удовлетворенность, развивают позитивные черты характера.

1. Сделайте медитацию комфортной

2. Сядьте прямо

3. Начните с малого

4. Будьте внимательны и добры к себе

5. Просто дышите

Медитация – очень мощный инструмент для исцеления тела, ума и души



# Почему именно Индия?

Новая культура, новый народ, новый мир.

**Индия – самая духовная страна в мире**, в которой Духовный Учитель почитается выше всех религий.

Большая часть населения Индии верит в **закон Эволюции Души** (реинкарнацию), согласно которой души воплощаются в разных материальных формах, пока не достигнут духовного совершенства и Просветления.

**Индия – одна из самых прекрасных стран мира.** Никакая страна не может сравниться с её храмами, ашрамами, историческими памятниками, богатейшей культурой и обычаями. Многие направления искусства, которые есть в Индии, не существуют больше ни в какой другой стране мира.

Здесь все смогло сохранить свою особенность. Они не гонятся за всем миром. **Это страна – личность.**

Любая поездка в Индию затрагивает душевные струны человека.



 MIND.SET.TOUR

#MINDSETTOUR

 89207984632

02.02.19-09.02.19

**MIND SET**

Индия, ГОА.

---

Неделя в дали от городской суеты с целью трансформации и очищения организма.

## **ЧТО ВХОДИТ В ТУР?**

- Техники релаксации
- Обучение управлению энергией
- Детокс программа (Фруктово-Углеводная диета)
- Знакомство с индийской кухней
- Медитации
- Практики на свежем воздухе



## ЧТО ВЫ ПОЛУЧИТЕ?

- Ощутите радость присутствия в настоящем моменте
- Гармонизируете тело и дух
- Наполнитесь жизненной силой и энергией
- Избавитесь от психоэмоциональных блокировок
- Научитесь восстанавливать своё здоровье и эмоциональный фон
- Обретете навык остановки внутреннего диалога
- Начнёте ощущать естественную лёгкость
- Вы расширите свое восприятие и узнаете свою истинную природу.



02.02.19-09.02.19

MIND SET

Индия, ГОА.



## Виктор Гудков

Тренер, Лайф-Коач, Биоэнергопрактик.

- Занимаюсь людьми более 10 лет. В своей работе использую коучинговые методики, техники НЛП, энергопрактики.
- Применяю комплексный подход к работе с людьми, для успешного результата нужно чтобы все аспекты были приведены в соответствие. Стратегия важнее тактики.
- Основная область работы - личностный рост, взаимоотношения, самореализация.
- Основной своей целью работы ставлю - самосовершенствование, обучению методик по развитию себя и поддержанию людей на пути самореализации.

# ВАРИАНТЫ РАЗМЕЩЕНИЯ



02.02.19-09.02.19

MIND SET

Индия, ГОА.

СТОИМОСТЬ ТУРА

~~120.000~~ 95.000

( ПЕРЕЛЁТ, ПРОЖИВАНИЕ, ВИЗА, ДЕТОКС ПРОГРАММА )

СПЕЦИАЛЬНОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ

20%

ПРИ ПУТЕШЕСТВИИ С ДРУЗЬЯМИ ИЛИ ВТОРОЙ ПОЛОВИНКОЙ

# ПРОГРАММА MIND SET TOUR.

02.02.19 – 09.02.19

---

## **2 ФЕВРАЛЯ**

День 0: "Знакомство и Адаптация"

Акклиматизация. Знакомство с группой. Отдых.

Свободное времяпрепровождение.

## **3 ФЕВРАЛЯ**

День 1: "Оставь все там"

Погружение. Смена привычных ритуалов.

## **4 ФЕВРАЛЯ**

День 2: "Возвращение к Себе"

Остановка. Созерцание. Обращение внимания к себе.

+ Практика Тишины

## **5 ФЕВРАЛЯ**

День 3: «Знакомство с Собой»

Описываем себя. Познание своего тела.

Составление психоматриц.

+ Танцевальная практика; Астральная проекция.

## **6 ФЕВРАЛЯ**

День 4: "Мечты и Желания"

Ощущение радости жизни. День удовольствия и наслаждений.

+ Танцы

## **7 ФЕВРАЛЯ**

День 5: «Познание пределов»

Самореализация. Смехойога. Крик Души.

+ Левитирующий стул

**8 ФЕВРАЛЯ**

День 6: «Бесконечный космос»

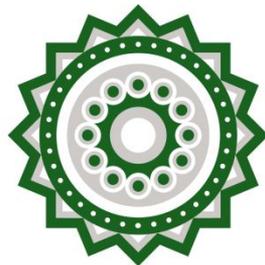
Выходим за пределы сознания. Расширяем границы привычного видения. Закрытие.

+ Вечеринка.

**9 ФЕВРАЛЯ**

День 7. «Приземление»

Отдых. Сборы. Путь домой.



**#MINDSETTOUR**

# КАК С НАМИ СВЯЗАТЬСЯ?

---



8 (952) 018-76-49



MIND.SET.TOUR



8 (920) 798-46-32



OMTOUR.ANASTASIIA@YANDEX.RU



**MIND SET**