

“metodo Zenix” ... workshop pratico e didattico tra cui il training sulla concentrazione e sulla sincronizzazione biemisferica necessari per imparare a meditare, avere il controllo dei nostri pensieri e per il raggiungimento dei nostri obiettivi attraverso la focalizzazione mentale con Riccardo Tristano Tuis.

PROGRAMMA DELLA GIORNATA FORMATIVA

Saranno conferiti i rudimenti sul proprio funzionamento neurale e verrà eseguito un test sulla predominanza cerebrale per comprendere quali parti sarà necessario sviluppare per iniziare ad espandere il nostro livello di consapevolezza ed accedere ai nostri potenziali.

La giornata si svolge in 8 ore di didattica e pratica:

- Ginnastica bioenergetica
- Balancing brain
- Test predominanza cerebrale
- Training concentrazione livello I
- Training la ballerina
- Attenzione selettiva e Pensiero divergente
- Candle Focus
- Video Persinger
- Scaricamento - Ginnastica biemisferica
- Allenamento spedisci & ricevi
- La tecnica dell'osservatore
- Training concentrazione livello II con tecnica dell'Osservatore livello I
- Reti neurali
- Neocortex sleep mode
- Training di concentrazione
- Allenamento spedisci & ricevi
- DNA
- Il codice della luce
- Il sorriso del Buddha