

# NECH ZNÍT DECH TROCHU JINAK

**30. LISTOPADU – 3. PROSINCE 2017**

(začátek v 17.00 hodin, ukončení ve 14.00 hodin)

**Cena:** 3 800,- Kč, včetně  
ubytování a stravy

**Místo:** bývalý mlýn na Vysočině

**Lektoři:** Svatava Drlíčková, Jitka Géringová a Jan Řezáč

Na workshopu zažijete jemné techniky práce s dechem a zvukem, hru na hudební nástroje, meditaci v pohybu, práci s tělem v rámci biosyntetických cvičení, tuvinské hlasové techniky a Maitri dýchání

**Přihlášky a bližší informace:** emailem na adrese [s.drlickova@seznam.cz](mailto:s.drlickova@seznam.cz). Místo je rezervováno po uhrazení zálohy 1 500,- Kč.



**O živé hudbě:** Hudba v sobě nese emoce, náladu, otevírá nové obzory, prostupuje tělo i mysl a umožňuje porozumět sobě i druhým. Klíčem k živé hudbě je dech, který v symbióze s naším tělem a hlasem vytváří stabilitu a rovnováhu pro žití. Prožitky z blízkosti živé hudby nám umožňují objevovat své možnosti tak, abychom cítili svoji melodii, rytmus a harmonii. Budeme společně hrát na netradiční hudební nástroje, z různých částí světa. Účast není podmíněna předchozími hudební znalostmi a zkušenostmi.



**O Maitri dýchání:** Maitri znamená milující laskavost. Tato technika práce s dechem a tělem nás učí, jak s laskavostí pracovat s vnitřními bloky a tělovou pamětí a jak oživovat a pročišťovat svůj systém. Nabízí propojení s vnitřní podstatou, sebeléčivým potenciálem, hlubokou moudrostí uloženou v těle. Techniku vyvinula v 80. letech v USA Jyoti a Russel Park na základě dlouholeté spolupráce se S. Grofem a vlastní spirituální zkušenosti. S těmi z vás, kteří doposud nemáte zkušenosti s Maitri dýcháním, se budeme kontaktovat, abychom nabídli prostor pro vaše otázky a objasnili si indikace a kontraindikace s tímto typem práce.

## O LEKTORECH:



**Svatava Drlíčková** - hudebnice, speciální pedagožka, muzikoterapeutka se zaměřením na využívání hudebních modelů a přístupů z Jižní Sibiře (Tuva a Altaj). Pracuje s hudebními nástroji z celého světa a využívá techniky práce s tělem, dechem a hlasem. Věnuje se muzikoterapii a poradenství. Nyní je v supervizní části výcviku v biosyntéze. Působí jako externí terapeut v různých zařízeních a v privátní praxi.



**Jitka Géringová** - certifikovaná Maitri facilitátorka s dlouholetou zkušeností asistence na holotropním dýchání. Je absolventkou seberozvojevého programu Stargate a členkou společenství Kayumari. Absolvovala hlubinný psychodynamicky orientovaný výcvik v arteterapii, nyní je v supervizní části výcviku v biosyntéze. Učí na vysoké škole a pracuje jako arteterapeutka.



**Jan Řezáč** - rolfterapeut a lektor. Spolupracuje s Ligou otevřených mužů, vede skupiny pro otce a syny a workshopy o agresii. Působí v psychoterapeutickém centru Pod křídly a spolupracuje se Sociální klinikou. Má dlouholetou aktivní zkušenost asistence na holotropním dýchání.