**VĚDOMĚ V TĚLE**

Tělo je naším nejbližším partnerem. Zůstává s námi od prvního nádechu po poslední výdech. Kolik toho ale o něm víme? Umíme s ním zacházet? Dokážeme s ním dobře spolupracovat?

Moderní fyzioterapie a čínské techniky Tai-ji a Qi-gong se v náhledu na lidské tělo překvapivě shodují. Pouze používají jiný slovník. Ve společném čase nahlédneme do obou těchto směrů. Poznáte tak svůj „hluboký stabilizační systém páteře“ a zároveň se budete učit vnímat, cítit a chápat svou Qi. Ze semináře si odnesete techniky funkčního cvičení do běžného života i plno prožitků. A především, zlepšení schopnosti vnímání sebe sama.

Čeká nás víkend plný objevování, prožívání, Bytí s naším tělem, ale také povídání, protože chápeme-li dorozumívací jazyk našeho partnera (fyzického těla), půjde nám vytváření vztahu lépe a snáze...

**Eva Zimmelová**  
Duchovnímu rozvoji se věnuje od svých 13ti let. Velkou inspirací jí byli manželé Tomášovi, které měla možnost poznat osobně. S Ludmilou Chrášťanskou se potkala poprvé v roce 1993 a na začátky Centra v Nesměni do dnes ráda vzpomíná. V roce 1995 začala studovat čínskou medicínu, krátce po té přibrala studium čínštiny a od roku 1996 specializaci čínské fytoterapie u Dr.Jozefa Luckého a Dr.Jana Soldána. Po složení akupunkturistické zkoušky ČSSB v roce 1998 otevřela poradnu pro přírodní životní styl, začala přednášet a publikovat. V roce 2000 se začala věnovat Qi-gongu a Tai-ji styl Wu-dang a Yang a na mezinárodním mistrovství bojových umění v čínském Tian-Jinu získala umístění odpovídající 2.pozici za sestavu Tai-ji Sedmi hvězd. Od roku 2005 začala  techniky Tai-ji a Qi-gong vyučovat. Od roku 2011 je licencovanou trenérkou fitness u Dr. Petra Tlapáka a praxi získala mimo jiné i jako trenérka kondiční fyzioterapie a hlavní lektorka Tai-ji v Centru pohybové medicíny Prof. Pavla Koláře. Syntézu všech svých znalostí a zkušeností používá jako cestu pro návrat k sobě, ke svým vnitřním zdrojům.