



QR
КАЧЕСТВЕННЫЕ
РЕШЕНИЯ
Event



РАСПРАВЬ КРЫЛЬЯ

Женский ретрит-экспедиция в Южный Дагестан

Расправь крылья!

Пять дней в красивейшем месте, чтобы почувствовать свою внутреннюю силу, данную от рождения самой природой.

Этот ретрит- возможность для тебя

- ✓ переосмыслить и оставить позади, все то, что мешает двигаться вперед.
- ✓ повысить свою ценность,
- ✓ раскрыть собственный потенциал
- ✓ трансформировать блокирующие жизненные сценарии

В ходе ретрита ты сможешь:

- ✓ очиститься от всего что мешает на уровне тела, души и разума
- ✓ вернуть себе свою силу
- ✓ вспомнить кто ТЫ на самом деле
- ✓ наполниться чистой и мощной энергией в поддерживающем Женском круге

**Расправь свои крылья и
лети на встречу к НОВОЙ себе.
Время пришло.**



Что будет на ретрите?

Обучающие практики:

- Энергетическая практика на освобождение от стресса и настройка на трансформацию
- Трансформационная игра «Сила рода»
- Медитативная практика «Колыбель рода»
- Эмоционально-метафорическая практика «Я и моя Тень»
- Мастер-классы по получению навыков публичных выступлений, технике речи
- Женский круг и теплое полезное общение



QR
КАЧЕСТВЕННЫЕ
РЕШЕНИЯ
Event

Чем займемся

- Погуляем по самому древнему городу России-Дербент
- Поднимемся в крепость Нарын-кала
- Примем «лесные ванны» в Самурском лесу
- Искупаемся в Каспийском море
- Проведем фотосессию в живописных местах
- Познакомимся с «Каспийским монстром»
- Посетим «Девичьи бани»
- Продегустируем шампанское на Дербентской винодельне
- Пройдем национальные мастер-классы
- Побываем в гостях у дагестанской семьи
- Насладимся ароматным кофе
- И, конечно, отведаем на вкус дагестанское гостеприимство



QR
КАЧЕСТВЕННЫЕ
РЕШЕНИЯ
Event

День 1

Прибытие в Махачкалу. Встреча в аэропорту.

Приветственный сет.

Отправление в Дербент.

Заселение в отель. Обед

Знакомство.

Практики:

- Энергетическая практика на освобождение от стресса и настройка на трансформацию
- Выявление запроса на трансформацию

Прогулка по вечернему городу, посещение самого крупного в России светомузыкального фонтана

Ужин в лучшем ресторане города



QR
КАЧЕСТВЕННЫЕ
РЕШЕНИЯ
Event

День 2

Как отыскать состояние «здесь и сейчас»?

Ответ на это вопрос мы найдем в Самурском лесу.

Завтракаем и едем в самый северный на планете и единственный в России субтропический лиановый лес.

Прибываем в Самуры, принимаем «лесные ванны»: Ощущаем себя героями культового фильма «Аватар».

Практики:

- Трансформационная игра «Сила рода»
- Какая программа была запущена в личной родовой системе. Как она проявляется в жизни и как ее можно трансформировать

Пикник на природе среди Живых озер

Релакс на пляже с черным песком в пос. Приморском.

Купание в Каспийском море.

Возвращение в отель. Ужин



QR
КАЧЕСТВЕННЫЕ
РЕШЕНИЯ
Event

ДЕНЬ 3

Завтрак

Практикум по публичным выступлениям, технике речи.

Практикум по публичным выступлениям.
Прогулка-путешествие по одному из самых древних городов мира - Дербент. Творческое задание «Самопрезентация»

Подъем в крепость Нарын- Кала, построенную 1,5 тыс. лет назад (наследие ЮНЕСКО).

Спуск от крепости по лестнице через лобное место к старым улочкам (магалам)..

Дегустация лучшей в Дербенте пахлавой и ароматным кофе.

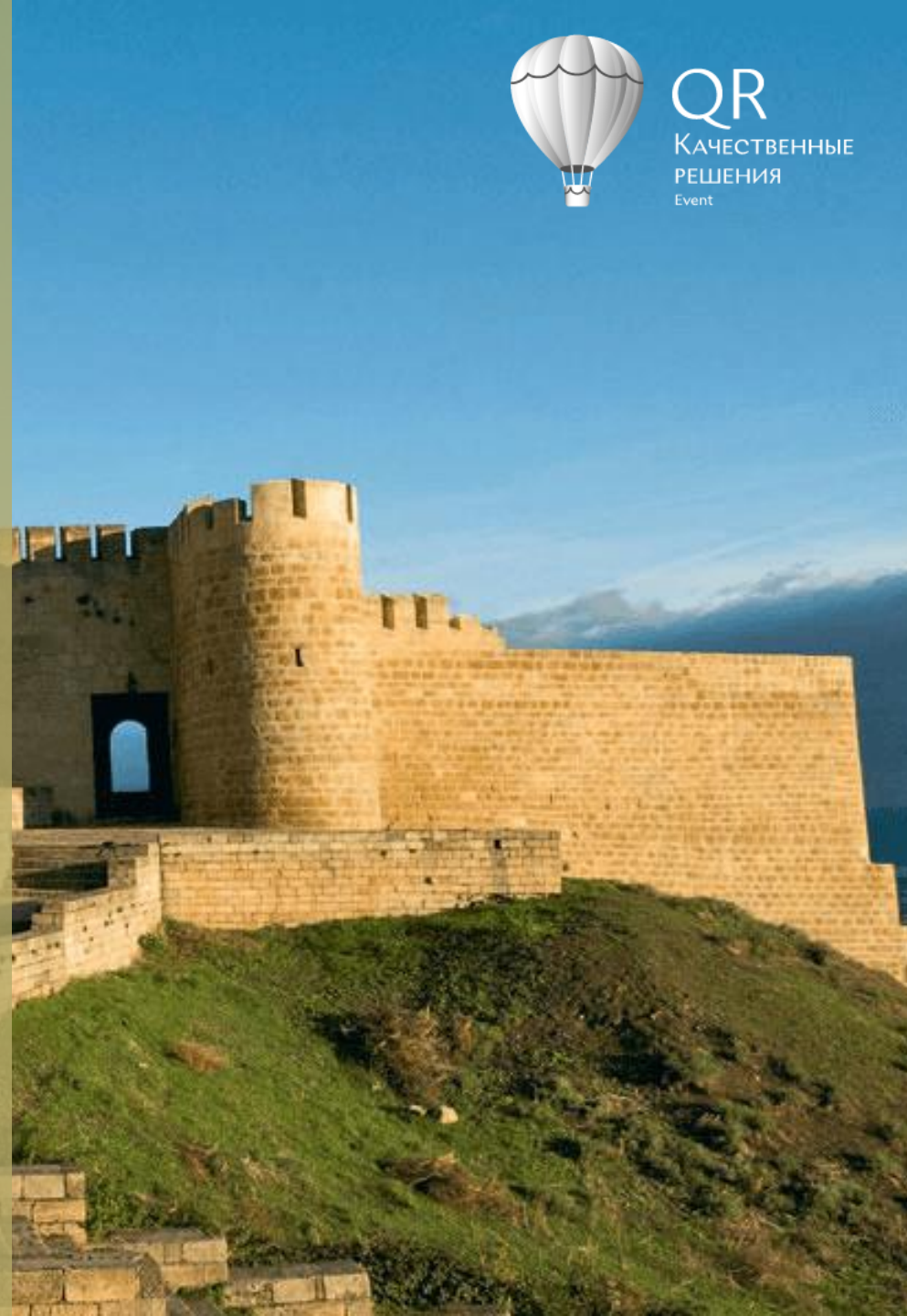
Посещение музея «Девичьи бани».

Дегустация шампанское Di Caspico на Дербентской винодельческой компании.

Иммерсивный ужин в Этнодоме. Презентация творческих заданий.



QR
КАЧЕСТВЕННЫЕ
РЕШЕНИЯ
Event



День 4. Табасаран

Завтракаем и отправляемся в табасаранские земли.

Поездка в Хучни к «танцующему» водопаду. Место съемок известного фильма С. Бодрова.

Посещение Хучнинской крепости - крепости «Семи братьев и одной сестры».

Обед гостях у дагестанской семь,. в сельском доме с зеленым садом и видом на горы..

Знакомство с «Каспийским монстром».

Свободное время. Морские ванны.



QR

КАЧЕСТВЕННЫЕ
РЕШЕНИЯ
Events



День 5. Ахты

Завтракаем и держим путь к подножию великой горы Шалбуздаг.

Прогулка по крепости и арочным мостам.

Трекинг и фотосессия в Хрюгском лесу.

Купание в термальных источниках.

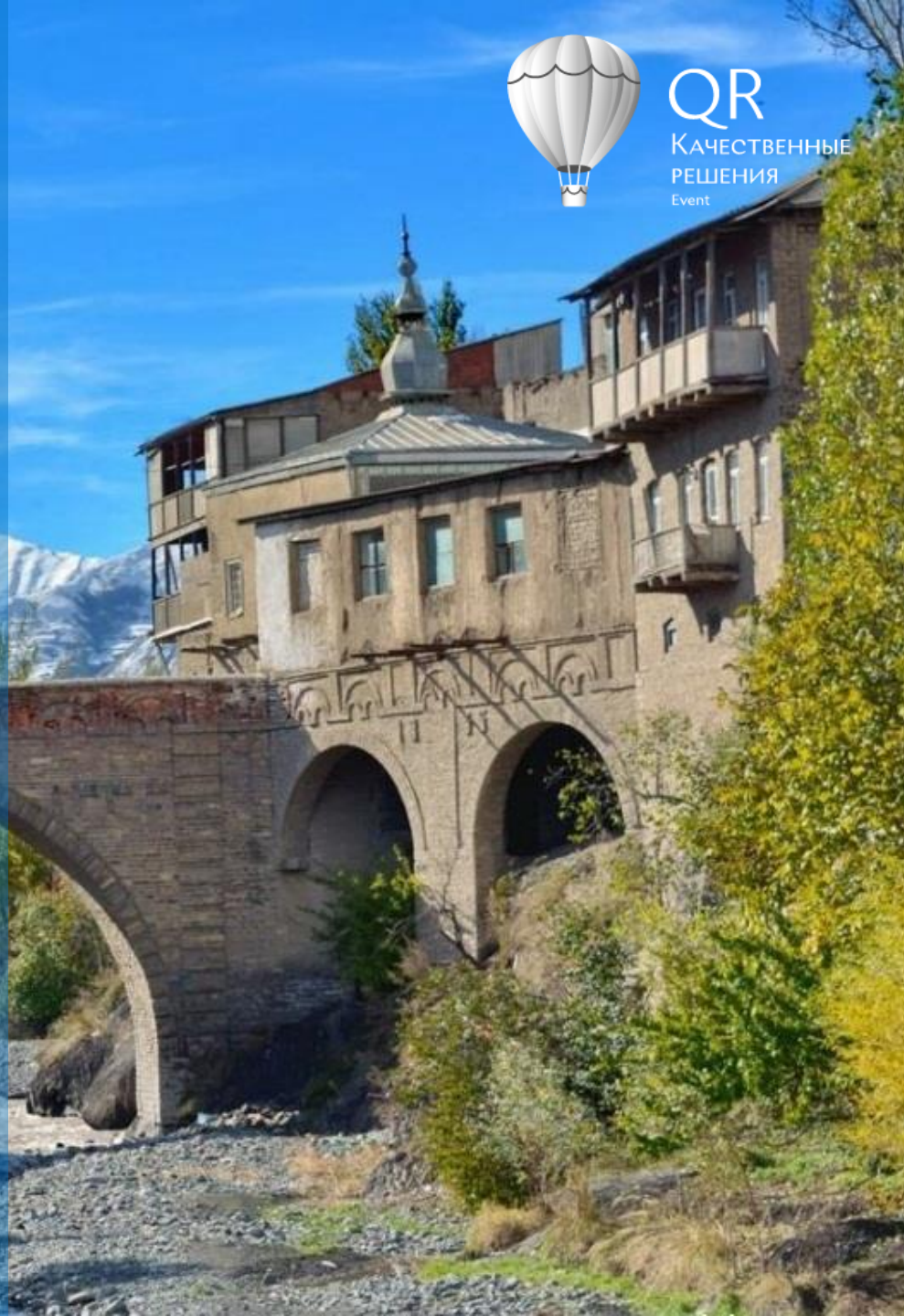
Вкусный обед в лезгинской семье.

Экскурсия в Инновационный Центр просвещения в Дагестане. Уникальные авторские методики. Самые передовые знания.

Ужин. Возвращение в отель



QR
КАЧЕСТВЕННЫЕ
РЕШЕНИЯ
Event



День 6



QR
КАЧЕСТВЕННЫЕ
РЕШЕНИЯ
Event

Завтрак.

Подведение итогов тура.

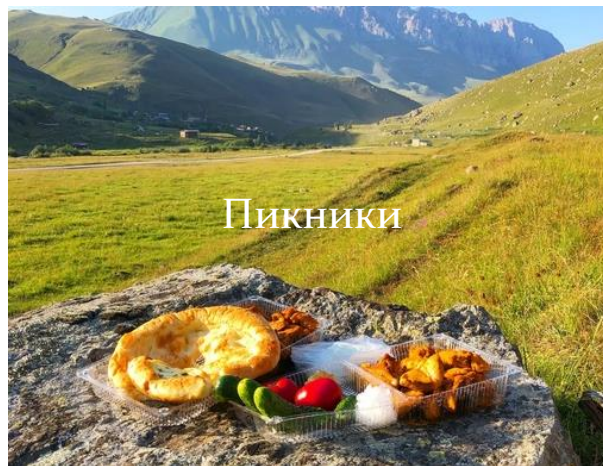
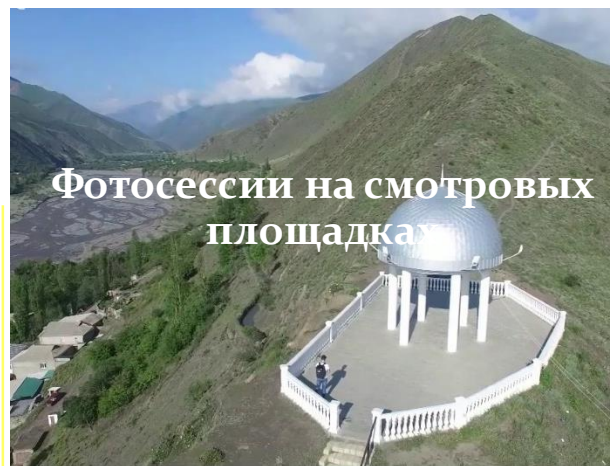
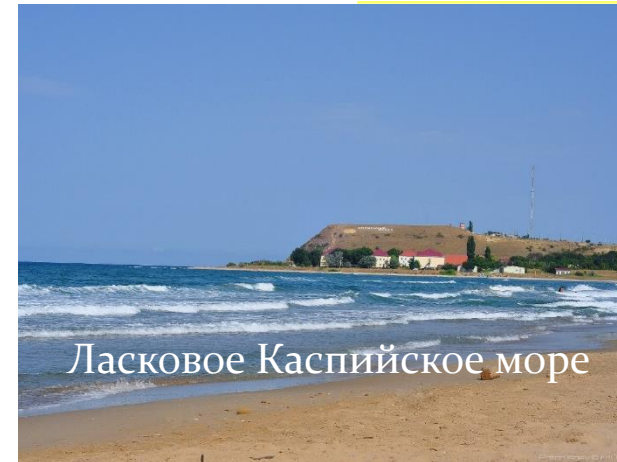
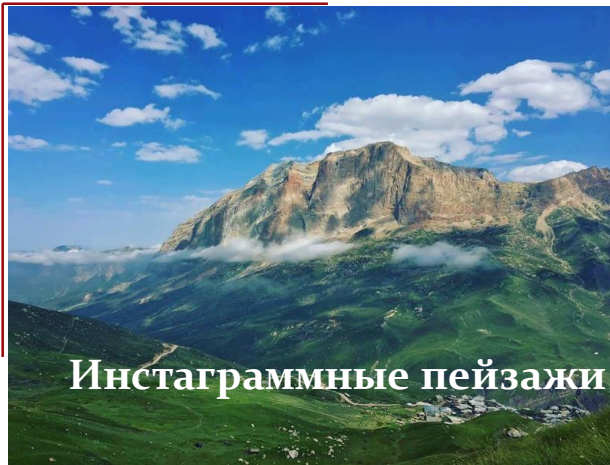
Отправляемся в старую часть города Дербент на восточный базар за сувенирами. Там можно будет закупиться специями, орехами, сырами, горской колбасой, урбечом и прочими дарами Дагестана.

Выселение из отеля.

Отправление в аэропорт



Атмосфера ретрита



Приглашаем на ретрит



QR
КАЧЕСТВЕННЫЕ
РЕШЕНИЯ
Event

Хотите забронировать место в туре?

Звоните: +7 926 814 74 49 (WhatsApp)

Людмила Белякова

Пишите: Светлана Цыганкова

svetlana.tsygankova@qr-agency.com