

# FIT BAR



## VABI NA PREDAVANJE

### Kako upočasniti procese staranja oz. kako ohraniti mladostno svežino?

V petek, 19.12.2014 ob 18.30 v  
Terme & Wellness LifeClass Portorož

Predavatelja: **Drago Klanšček in dr. Helena Jeriček Klanšček**

Z leti imamo vse manj energije, prebava se upočasni, veliko ljudi ima težave s spanjem, telesna odpornost se poslabša, pojavljajo se različne težave in bolezni. Vse manj smo radovedni, radoživi in veseli. Kaj storiti, da ohranimo mladostno zagnanost, svežino, radost in fleksibilnost tako telesa kot duha? Kako upočasniti procese staranja? Katere so tri ključne posledice staranja in kako si lahko pomagamo sami?



Predavatelj Drago Klanšček se z različnimi oblikami terapevtskega dela ukvarja že več kot 20 let. V zadnjih letih se ukvarja predvsem z razstrupljanjem, vodenjem postov za dušo in telo ter drugih delavnic. Ima mednarodne certifikate za hidrokolon, shiatsu, kraniosakralno terapijo, vodi različne vadbe, shiatsu tečaje, ima individualne terapije, gong kopeli in še kaj. S postom in hidrokolon terapijo se je začel ukvarjati potem, ko si je z njima rešil svoje težave. Z ženo vodita delavnice posta in polposta v manjših skupinah, kjer pa ni poudarek le na razstrupljanju telesa, ampak na celovitem pristopu za dušo in telo, saj sta oba končala tudi 4-letno izobraževanje iz psihoterapije. V zadnjem času raziskuje procese pomlajevanja, antistresne tehnike, moč notranjih potencialov in uma. Zase pravi, da starejši, kot je, boljše se počuti.

Predaval bo skupaj z ženo dr. Heleno Jeriček Klanšček.

Več lahko preberete na [www.d-i-h.si](http://www.d-i-h.si) ali dobite info na 041 517 256.

**Vljudno vabljeni!**

**Vstop prost!**



Priprava presnih sokov in jedi,  
**Vesna Boroja s.p.**,  
Liminjanska 2, 6320 Portorož,  
gsm št.: 041 925 453