



Program pozamerytoryczny

08 październik 2021 piątek

16.25-16.35 łapiemy oddech (JS)

17.00-17.10 czy dobrze siedzimy? (JS)

17.45--17.55 chill out po trudnym pacjencie (JS)

09 październik 2021 sobota

07.30-08.30 poranny rozruch (JS)

09.55-10.05 co pić w czasie pracy (JS)

10.30-10.40 sprawdzamy oddech (JS)

11.55-12.05 szyja w gabinecie (JS)

12.30-12.40 lędźwie w gabinecie (JS)

15.55.-16.05. stresopogromcy (JS)

16.30.16.40 nożki w górę (JS)

18.00 -19.00 CHILL OUT z KROPELKAMI POTU (JS)

10 październik 2021 niedziela

07.30-08.30 coś dla ciała (JS)

NIEDZIELA - czas wolny - do dyspozycji indywidualne spotkania z JS, zwiedzanie Oceanarium itp.
(ewentualny koszt ponosi indywidualnie uczestnik)

W niedzielę ewentualny obiad we własnym zakresie.

(JS) - zajęcia z Justyną Sidz, trenerką personalną, instruktorką jogi/fitness, masażystką.

Wydarzenia niefinansowane ze środków firm innowacyjnych zrzeszonych w INFARMIE; nie są częścią programu naukowego. Finansowane w całości ze środków własnych Organizatora.