

```
window.yaContextCb.push(())=>{ Ya.Context.AdvManager.render({ "blockId":  
"R-A-7038977-3", "renderTo": "yandex_rtb_R-A-7038977-3" }) })
```



Что за аудиокурс.

Тренинг курс для женщин. Будет полезен тем, кто стремится обрести радость жизни и лёгкость каждого дня.

Автор Алёна Влади.

Что вошло в аудиокурс.

Программа курса.

- "шаманская техника" для тех кому сложнее всего
- другие практики специально для ответственной работы
- как простое сделать из сложного
- "своя ноша не тянет", или почему болят спины и плечи
- ответственность, которая вдохновляет
- как снять напряжение при трудном решении
- как снять напряжение при страхе
- как стать расслабленной когда вы волнуетесь
- как расслабиться когда дел "вагон и маленькая тележка"
- техника, которая позволит вам испытать удовольствие даже от самых сложных дел
- пошаговая проработка всех этапов освобождения от груза
- как ускорить формирование привычки к расслаблению
- важно: чтобы расслабление не переходило в скуку
- практика магического рисунка(можно использовать как для освобождения, так и для привлечения результата, быстрого развития навыка)
- а также - магическая практика "всё уже произошло"(всё шаманство этого тренинг-курса - научно)
- освобождаемся от источников напряжения
- экспресс-медитация для освобождения от усталости, переживаний, трудных эмоций
- освобождаемся от проблем в периоды переломных ситуаций и испытаний

Дополнительную информацию смотрите на сайте аудиокурса:
[подробности \(перейти на страницу аудиокурса\)](#)

[Узнать](#)

&nbsp;&nbsp; Карточка курса:	* Название:	Искусство расслабления
Автор(ы):	Влади Алёна	
Формат курса:	Аудиокурс	
Цена:	2990 руб.	
Способы доставки:	Скачиваемая версия.	
Партнерская программа:	Есть	

*-данные карточки курса могут не соответствовать текущим данным о курсе, подробную информацию смотрите на сайте курса

** Другие курсы автора(ов), издателя:** Ссылки на страницы автора(ов),
издателя: Влади Алёна

```
window.yaContextCb.push(=>{ Ya.Context.AdvManager.render({ "blockId":  
"R-A-7038977-2", "renderTo": "yandex_rtb_R-A-7038977-2" }) })
```