

5-mesečno mentorstvo  
*Lifting Zlate Ženske*



ZDRAVILKA,  
RUMENA ŽENSKA

*SAVINA ATAI*

# OKTOBER 2017

PONEDELJEK	TOREK	SREDA	ČETRTEK	PETEK	SOBOTA	NEDELJA
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
			SVEČANI ZAČETEK		PROTIVNETNA DIETA	
16	17	18	19	20	21	22
	DNEVNIK CIKLIČNOSTI		ŠOLA SUPERŽIVIL	POP UP presenečenje		
23	24	25	26	27	28	29
ZLATA KUHINJA V ŽIVO	JOGA OBRAZA			SLADKO JAVLJANJE IZ LOS ANGELESA		
30	31					
	SLADKO JAVLJANJE IZ SANTA BARBARE					

## OPIS DOGODKOV

- četrtek, 12. oktober, 20.00 - 22.00**  
 Svečani začetek Liftinga Zlate Ženske <3 <3, orientacija, sprehod čez vse vadbene obrede in tema: DNEVNIK CIKLIČNOSTI IN SAMO OPAZOVANJA. Dnevnik prehrane. Kako ga pisati? Zakaj je tako pomemben? Kaj se boš naučila diagnosticirati z njim?
  
- sobota, 14. oktober 17.00 - 18.30**  
 PROTIVNETNA DIETA za zadovoljne hormone, prižig oksitocina in odpravljanje izgorelosti; jedilniki, recepti
  
- torek, 17. oktober, 20.00 - 21.30**  
 dnevnik cikličnosti-pregled; ritual joga obraza Face Goddess, večerni obred in meditacija
  
- četrtek, 19. oktober, 18.00 - 20.00**  
 ŠOLA SUPERŽIVIL IN DODATKOV: izgorelost, izčrpana nadledvična žleza, stres - rešitve

**petek 20.10 - nedelja 22.10.**

POP UP presenečenje, kratko -sladko javljanje: utrinki iz delavnice manifestacije 'Sam svoje sreče režiser'

**ponedeljek 23. oktober, 19.00 - 20.30**

ZLATA KUHINJA v živo: SLADICE ZLATE ŽENSKE - Zdravo, Tereza in Super, Savina :-)

V naši zlati kuhinji se nam bo pridružila Tereza Poljanič, iz oddaje 'Zdravo, Tereza!'. Pripravili ti bova 5 super zdravih sladici, ki jih boš lahko nadgradila tudi z dodatkom superživil.

**torek 24. oktober, 19.00 - 21.00**

FACE GODDESS: JOGA OBRAZA, ZLATI HORMONI IN KROŽNE MIŠICE; 57 mišic, dvigovanje obraza iz spodnjih krožnih mišic, hormoni, ugašanje stikal za stres in prižiganje luči

**petek 27.10. - nedelja 29.10**

POP UP presenečenje, kratko- sladko javljanje iz Los Angelesa, iz partnerske delavnice, ki jo vodi ena vodilnih spolnih terapevtk na svetu, Jaiya:

'POT DO STRASTI: ustvari spolno zadovoljstvo, globoko strast in ljubečo povezanost, za celo življenje.'

**torek 31.10. - četrtek 2.11.**

POP UP presenečenje med Kratko-sladko javljanje iz Santa Barbare, terapevtska joga

## NOVEMBER 2017

PONEDELJEK	TOREK	SREDA	ČETRTEK	PETEK	SOBOTA	NEDELJA
		1	2	3	4	5 SEXY NEDELJA
	SLADKO JAVLJANJE IZ SANTA BARBARE					
6	7	8	9	10	11	12 TRENING, ZLATA KUHINJA
		BAROMETER ENERGIJE			5 ŽENSK V TEBI	
13	14	15	16	17	18	19 SEXY NEDELJA
	PARTNERSTVO		VEČERNI OBRED			
20	21	22	23	24	25	26
	ŠOLA SUPERŽIVIL		DETOX ČUSTEV			
27	28	29	30			
5 FAZ ŽENSKE CIKLIČNOSTI		BIORITEMSKA URA				SEXY NEDELJA

- Nedelja, 5. november, 20.00 - 21.30**  
SEXY NEDELJA: Zlat hormon oksitocin, zakaj je vadba prsi tako pomembna ... in vadba prsi :-) <3
- Sreda, 8. november, 20.00 - 21.30**  
Barometer Moške in Ženske energije, 21 minut zjutraj in zvečer, ujemi odtekanje oksitocina: ključ do tvojega zdravja, odpornosti za stres, sijaja in kvalitetnega partnerskega odnosa
- Sobota, 11. november, 17.00 - 18.30**  
5 ŽENSK V TEBI; natančno spoznaj vseh 5 Žensk v tebi, ter diagnostiko zdravja, povezano z njimi.
- Nedelja 12. november. 10.00-11.30**  
resen, intenziven trening Face Goddess - joge obraza, pripravi se na musklfiber :-)
- Nedelja 12. november, 17.00**  
ZLATA KUHINJA V ŽIVO, z Giorgosom in kretskimi recepti
- Torek: 14. november 20.00-21.30**  
Kako izražati, kaj potrebuješ v partnerstvu? Savina&Giorgos
- Četrtek 16. november. 20.00 - 21.00**  
večerni obred terapevtske joge; prižiganje pomlajevanja in samozdravljenja
- Nedelja 19. november, 20.00 - 22.00**  
SEXY NEDELJA: 5 Žensk v tebi, čustva, partnerstvo in spolnost, 5 tipov spolne energije
- Torek, 21. november, 18.00 - 20.00**  
Šola superživil in dodatkov za ZDRAVILKO, Rumeno Žensko. Prvo, varno hujšanje; vse za zdravo vranico, za lepo oblikovano telo in polne prsi, proti pokanju kapilar, za uravnavanje krvnega sladkorja, proti želji po sladkem ...
- Četrtek, 23. november, 20.30 - 21.30**  
vadba, ženski notranji smehljaj, detox čustev, začuti sebe
- Ponedeljek, 27. november 18.00 - 19.30**  
5 FAZ ŽENSKÉ CIKLIČNOSTI skozi mesec, nauči se sodelovati s svojim ciklom; za zaščito tvojega zdravja in povečanja energije (v času menstruacije in menopavze ...)
- Sreda, 29. november, 18.00 - 19.30**  
BIORITEMSKA URA KITajske MEDICINE, ZA ŽENSKÉ  
Čeprav jo kitajska medicina uporablja že 4000 let, ji je klasična medicina šele zdaj podelila Nobelovo nagrado. Me se je bomo naučile, kot poštemanke. :-) Tako pomembna je.
- Nedelja, 3. december, 20.00 - 22.00**  
SEXY NEDELJA, od A do Ž o žadastem jajčku, vadba z žadastim jajčkom

\*ob navedenih datumih in urah se bodo predavanja in vadbé odvijale v živo; sodelovala boš lahko z vprašanji - a čisto vse te bo počakalo, za kasnejši ali ponoven pogled in ti bo ostalo na voljo skozi celoten čas našega šolanja, ter še kasneje ...