

**Przykładowy program NOWOROCZNYCH WARSZTATÓW
GRUDZIEŃ
w Royal Wilanów
(ŚRODA, CZWARTEK, PIĄTEK od 9.00 do 17.00)
29, 30, 31.12**

09.00 - 09.45 GRY INTEGRACYJNE + II ŚNIADANIE (Rozgrzewające kakao)
09.45 - 11.00 Czym jest MIND MAP?
11.00 - 11.30 JAK REALIZOWAĆ SWOJE MARZENIA I CELE? - MAPY MARZEŃ
11.30 - 13.00 WARSZTATY KULINARNE ŚWIĄTECZNE
13.00 - 14.30 LUNCH
14.30 - 15.30 WARSZTATY (aktywność sportowa)
15.30 - 17.00 WARSZTATY MIND MAP (Przygotowanie Vision Board)

Zajęcia artystyczne 1 * - rysunek, malarstwo, fotografia, komiks, projektowanie
Zajęcia artystyczne 2 ** - muzyka (instrumenty), taniec, śpiew, aktorstwo, karaoke, dyrygentura
Zajęcia artystyczne 3 *** - kino, cukiernictwo, czytanie książek, spotkania z ciekawymi osobami,
Zajęcia ze słowem - pisanie książek, pisanie dziennika, tworzenie komiksów
Zajęcia językowe - gry i zabawy prowadzone w języku angielskim, francuskim oraz hiszpańskim
Zajęcia z koncentracji i oddechu - yoga, medytacja, oddech, koncentracja
Zajęcia psychologiczne - świadomość emocjonalna
Zajęcia sportowe - piłka nożna, siłownia ARTIS, zajęcia z trenerem personalnym, gra w koszykówkę, gra w siatkówkę,
Zajęcia logika - dixit, łamigłówki przygotowane przez zespół Prowadzących, gry zespołowe oparte na rozwiązywaniu zadań, iluzja, zagadki matematyczne, zagadki historyczne

Rodzaje aktywności w ramach
Warsztatów w Royal Wilanów:
(ŚRODA - PIĄTEK od 9.00 do 17.00)

- aktywności ruchowe i treningi sportowe
- gotuj razem z nami
- warsztaty śniadaniowe - jak przyrządzić zdrowy posiłek?
- animacje artystyczne ze śpiewem, tańcem, instrumentami, dyrygentura, produkcja
- zabawy językowe (język angielski oraz język hiszpański)
- kurs projektowania ubrań
- warsztaty z malarstwa, komiksu, animacji
- warsztaty z dubbingu
- zajęcia aktorskie, muzyczne, taneczne
- warsztaty ze świadomości emocjonalnej
- spotkania z ciekawym zawodem

- warsztaty fotograficzne
- gry oraz zabawy edukacyjne i integracyjne
- techniki relaksacyjne + oddechowe
- yoga + medytacja
- spotkania z psychologiem
- opieka medyczna
- Gry zespołowe
- Łamigłówki
- Zagadki matematyczne
- Informacje historyczne
- Rozwiązywanie zagadek (logika)
- Iluzja
- Śpiewanie Kolęd
- Gotowanie potraw świątecznych
- Przygotowywanie ozdób świątecznych
- Projektowanie MIND MAP
- Omawianie drogi realizacji celów i marzeń
- Przygotowywanie VISION BOARD

Podczas warsztatów noworocznych każdy z Uczestników będzie przygotowywał swoje własne VISION BOARD's. Omawiać będziemy sposoby realizacji celów a także marzeń.

Jak dobrać narzędzia do realizacji marzeń?

Jak utrzymać koncentrację?

Jak wybrać cel?

I jak utrzymać skupienie na swoich celach?

Wszystko to nauczy naszych Uczestników (tych najmłodszych a także tych starszych)