



<https://www.instagram.com/ucszx>
#ucszx963

Онлайн-марафон «Ты больше, чем ты думаешь»

ПРАВИЛА онлайн

«Ты больше, чем ты думаешь»

Правила поведения на марафоне

1 2 3 »



Ты больше, чем ты думаешь 29 июл 2018 в 13:48

Дорогие друзья, участники и гости группы!

Если Вы это читаете, значит чудесные перемены уже вошли в Вашу жизнь!)))

Добро пожаловать на марафон "Ты больше, чем ты думаешь"!

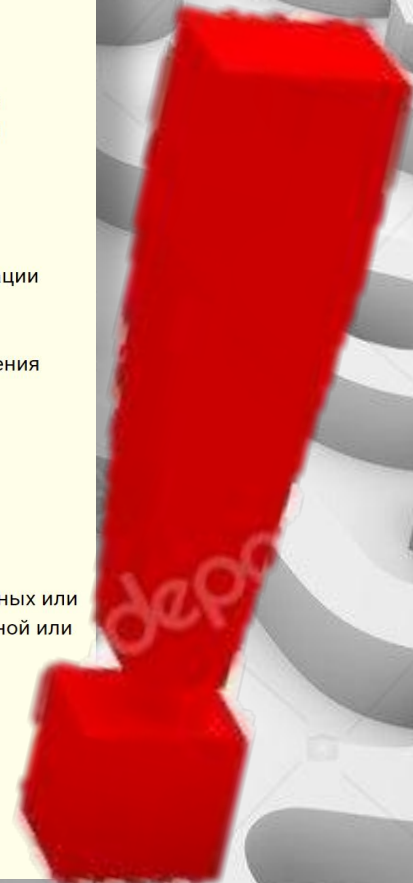
Данная группа создавалась для Вас, и наша цель - это, в первую очередь, Ваш комфорт и максимально эффективное проведенное здесь время. Поэтому мы просим Вас ознакомиться с немногочисленными правилами нашей группы.

В группе запрещены:

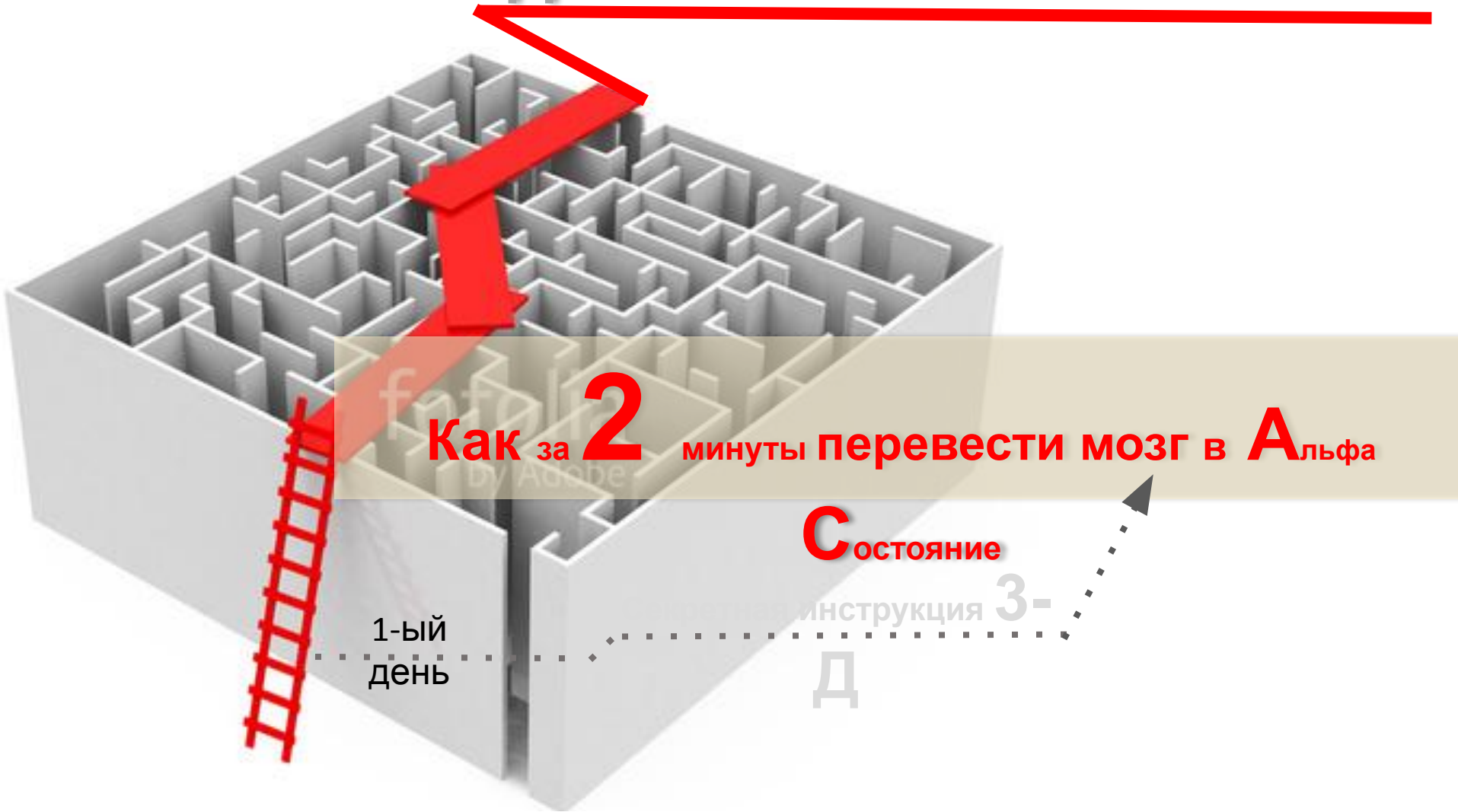
1. Реклама посторонних групп и приложений, коммерческих предложений без разрешения администрации группы, частные объявления, самореклама, самопиар;
2. Использование материалов группы с последующим размещением в свободном доступе без разрешения автора;
3. Ругательства, оскорбления, хамство и мат в темах группы и комментариях к фото и видео файлам, сообщениям на стене;
4. Посты о сборе средств, оказанию иной материальной и прочей помощи;
5. Создание тем и сообщений, носящих характер призыва или пропаганды, любого рода, противозаконных или противоправных действий, высказывания, содержащие проявления национальной, расовой, религиозной или любой другой нетерпимости, пропаганду экстремизма, фашизма и т.п.;
6. Систематическая неконструктивная критика в комментариях к новостям и высказываниям других участников.

Благодарим Вас за внимание и желаем плодотворной работы!

Поставьте, пожалуйста, плюсики в комментарии, если Вы ознакомились с этим сообщением.



Задачи онлайн МАРАФОНА



Как за **2** минуты перевести мозг в **А**льфа

Состояние

инструкция 3-

Д

1-ый
день

Секретная инструкция быстрого входа в **А**льфа

Состояние:



А

Равновеси

С

успе
X
легкость
В
Спокойстви
е
Уверенност
ь

Дыхани

е

*Зевани

е

* Вход с
подвздохо
м

*

Глубокое

Душ

а

*Замирание

*Успокоение

*Радость

Действи

е

*Засыпание

*Возбуждение

*Мурашки

*Холод

*Жар

*Подъем сил

*Просветлени

е

Домашнее задание день

Секретная инструкция быстрого входа в **А**льфа



Состояние:



Дыхани



Душ



Действи

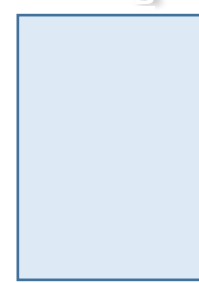
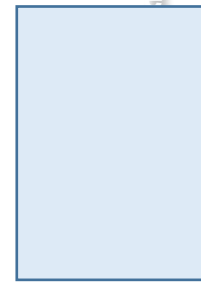
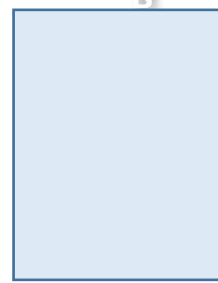
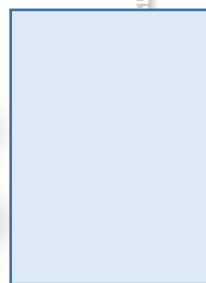


Равновеси

Уверенност

Спокойстви

легкост



1. **Для новичков:** Используя секретную инструкцию 3- «Д» засечь время наступления равновесия, уверенности, спокойствия и легкости. Оформить отчет и прислать до 15.00.

2. **Для старичков:** Используя секретную инструкцию 3- «Д» засечь время наступления равновесия, уверенности, спокойствия и легкости в обычном режиме и в экстремальном режиме. (спорт, холодный душ, быстрая езда за рулем). Оформить отчет и прислать до

Кодовая фраза

«Ты больше, чем ты думаешь»

на

на

чи

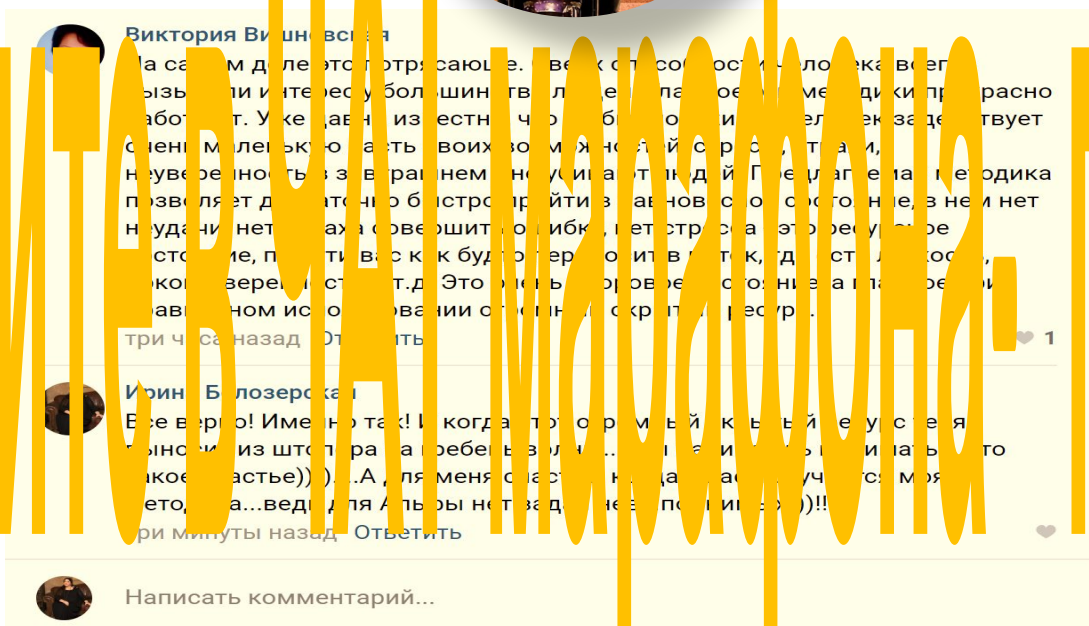
ет

ся

Про кодовые слова –

5 встреч, 5 кодовых слов.

Кто соберет все 5 слов и составит фразу, того ждет подарок в конце.



Памятка:

а:

каждое занятие онлайн марафона «Ты больше, чем ты думаешь»

в открытом доступе **Сегодня:** только 24 часа. Кто не успел, заказывайте запись:

Цена 1990

АС



3-

Д

