



Why **FIT IN**  
when you  
were **born to**  
**STAND OUT?**

## Dzień #5 Podsumowanie

3h warsztatów

Cele:

Podsumuję swoją wiedzę z zakresu samorozwoju  
certyfikaty, dyplomy, oficjalne zakończenie.



### Przykładowy program



- **Blok Poranny**

Poranna medytacja, praca z oddechem (według metod Wima Hoffa, Osho i innych) ćwiczenia i zabawy

- **Blok przedpołudniowy**

Interaktywny warsztat z częścią wykładową, praca w grupach, ćwiczenia, dyskusja.  
Aktywność sportowa



- **Blok popołudniowy**

Interaktywny warsztat z częścią wykładową, praca w grupach, ćwiczenia, dyskusja.  
Aktywność sportowa / manualna

- **Blok wieczorny**

Gra / seans filmowy / prezentacja