

Postado em: 08/09/2020

O CEPE iniciou no mês de fevereiro deste ano de 2020 junto com o professor de Meditação James Kienen um projeto para equipe de paratletismo.

As atividades foram suspensas devido a quarentena do covid 19.

Porém seguindo os protocolos de segurança e com uma proposta diferenciada a @James.Terapia retoma a parceria com CEPE e trás uma vivência de Yoga para os atletas.

Um desafio do tamanho da grandeza dessa galera. Parabéns @jameskienen por ousar, investir e atletas por se dedicarem, confiarem e não terem medo do novo.

Nas fotos estão o Michael (paralisia cerebral) atleta do atletismo , o Rodrigo (nanismo) também do atletismo e o Gustavo (amputado) atleta da natação.

James Kienen (terapeuta holístico)

Com variações de postura e muito entrega a vivência foi realizada com muito sucesso.

Respiração, foco, mente presente e consciente estava tudo ali...tudo o que é realmente necessário e importante para prática de Yoga e

para conhecimento pessoal e crescimento do atleta.

@jameskienen
@mychaelsilva_t37
@rodrigoerof_atleta
@gugagartz
#orgulhodepertencer
#cepe

DETERMINAÇÃO



CORAGEM



AUTO CUIDADO

ACOLHIMENTO



PERSISTENCIA



DETERMINAÇÃO



YOGA É CONCENTRAÇÃO



EQUILÍBRIO



ÃO

