



India Baron School
인디아부론학교

집중력 훈련 캠프

신나게 놀자!



인디아부론학교 아크 전경

- 일시 : 2015/07/28(화)~2015/08/01(토)
- 장소 : (사)한국영성교육원 / 요가샷상
- 인원 : 선착순 20명
- 비용 : 60만원 (숙식, 체험비 등 일체 비용 포함)
- 계좌 : 신한은행 100-024-505351 (사)한국영성교육원
- 문의 : 033-731-7425, 010-8754-9525, admin@ibschool.kr(캠프 담당자)
- 접수 : 이메일이나 전화로 성명, 연락처, 이메일주소, 학교와 학년 보내주세요

스케줄

4박 5일 코스 / 60시간 workshop

구 분	1일차(7/28) 화	2일차(7/29) 수	3일차(7/30) 목	4일차(7/31) 금	5일차(8/1) 토	
07:00~08:00		달리기, 체력강화	달리기, 체력강화	달리기, 체력강화	달리기, 체력강화	
08:00~09:00		아침식사	아침식사	아침식사	아침식사	
09:00~10:00		생태체험학습	한 의사와 함께하는 인체과학 탐구 (인체박물관 탐방)	생태체험학습	글쓰기 훈련	
10:00~11:00		대화의 기술		진로탐색		집중력 훈련 (주의 다루기)
11:00~12:00				점심식사	점심식사	
12:00~13:00		점심식사 / 휴식		도토리 복원체험 (목아박물관)		질의응답
13:00~14:00				메디칼 요가 (자세교정)		
14:00~15:00					도착, 방배정 등	메디칼 요가 (자세교정)
15:00~16:00	오리엔테이션	집중력훈련(호흡)		수영교실	저녁식사 / 귀가	
16:00~17:00		저녁식사	저녁식사			저녁식사
17:00~18:00	저녁식사	저녁식사	저녁식사	저녁식사		
18:00~19:00	4분 인터뷰	독서치유 (정서치유)	집중력 훈련 / 니드라	집중력 훈련 / 트리타카		
19:00~20:00						20:00~21:00

캠프 기대효과

아이들이 잘 놀줄 안다.

자기 몸의 바른 자세를 스스로 인식한다.

산만함을 조절함으로써 집중능력을 강화시킨다.

캠프의 특징 : “1분 명상” 을 터득함으로써 놀라운 것을 경험할 것입니다.