

NAPPÉNY KÖZPONT
NAPPÉNY MOZGÁSTUDIÓ
 1162 Rsztm. Hermina út 16/A.
 06-70-612-9516 www.napfenymozgasstudio.eoldal.hu

Új órátípusaink: HCP (has, comb, popsi)
ÚJ ÓRARENDÜNKET keresd a weboldalon! **Kangoo** (gyerek és felnőtt)
Tartásjavító (5-10 éves korig)

ZUMBA *ZUMBA fitness férfiaknak is!*
Zsírégelő step aerobic
JÓGA • Alakformáló • Gerinctorna

Mi a HCP? Új óránkon a kritikus női testrészek formálására helyezzzük a hangsúlyt!!!!

A „TE HÓNAPOD” AKCIÓ: 8 alkalmas bérlethez +1 alkalmat kapsz ajándékba!
SZÖLÁRIUM
 a Stúdióban!

TANFOLYAM A NAPPÉNY KÖZPONTBAN – REIKI II-es tanfolyamot

hirdetünk február 20-ára (vasárnap délután), azon Reiki gyakorló személyek részére, akik szeretnének tovább fejlődni a Reiki rejtélyes ösvényén és szeretnének potenciálisabban segíteni az élőlényeken. Reiki 2-es szinten jelentősen megemelkedik a rezgésszám és megnövekszik a gyógyító energia 1-es szinthez képest A tanfolyam alatt elsajátítjuk a gyógyító szimbólumok használatát. Ezért szimbólumok közül itt már hármat kap meg a tanítvány, és kap felhatalmazást használatukra ami a tárgygyógyításban és egyéb esetekben kap szerepet. Lehetősége van a 2-es szintű tanítványának irányítani az energiát és a szimbólumok használatával fokozni hatásukat. Tanulunk táv-gyógyítást, tereket tisztítani, és csakrárt harmonizálni is. Ne feledjük, hogy mi vagyunk a felelősök saját egészségünkért. És itt a nagy lehetőség, hogy hatékonyabban kezeljünk szeretteinket és másokat is. Várjuk szeretettel azokat is, akik csalódtak, az átadási vonalukban vagy szeretnének egy tiszta Reiki vonalhoz tartozni. A résztvevők a tanfolyam elvégzéséről oklevelet kapnak. – A tanfolyamot tartja: Gyalog Gábor Gauracandra Usui Reiki Mester. A tanfolyam díja 20 ezer Ft, amely egy vegetáriánus ételkóstolót is tartalmaz. **Bejelentkezés: 06-20-412-6353 • 1162 Bp. XVI. Hermina út 16.**



Auralátás és -elemzés a gyakorlatban

Egy tapasztalt auralaelmőző és auralató fotókkal és esettanulmányokkal alátámasztott tanfolyama arról az energiamezőről, mely legbelsőbb énünket összeköti az univerzum minden aspektusával. **Bognár Tas** **évek óta főállásban elemzi és tanítja az aurát 5 éves ázsiai élete során tibeti mesterektől tanult technikákkal**, ezért több száz tanítvány sikeresen elvégezte nála ezt a spirituális felkészültséget nem igénylő, meglehetősen gyakorlati tanfolyamot.

Az auralátás egy velünk született képesség! A megfelelő technikákkal mindenki képes arra, hogy a tanfolyamon már lássa a keze körüli mezőt, sőt, a tanítványok 10%-a már a tanfolyamon látja az aura alapszínét is. Természetesen külön hangsúlyt fektetünk az optikai csőnyelés természetére, mely könnyen felismerhető és elkerülhető: a szemmel mozog, statikus, tűnények, míg az aura a testtel együtt mozog, dinamikus és nem tűnik el pislogásra.

A technikák gyakorlásával pár nap alatt az aura színei is láthatóvá válnak, majd 2-3 héten ke-



A kényelem, az otthon biztonsága a legfontosabb szempont a Nap Vízöntő jegyébe való lépésekor. Ez a biztonságérzet, melyet szeretneink közelségével próbálunk elérni, nem adja egykönnyen magát. A képletben alapvető instabilitás látszik, ami a gyakorlati, hétköznapi életre vetítve legtöbbször abban nyilvánul meg, hogy mindig van valamilyen kötelezettség, elintéznivaló, amiért tenni kell, amit meg kell oldani, míg legfelül semmi másra nem vagyunk csak elbűjni a világ nagy dolgai elől, olvasni, csendben lenni, vagy egy igazán jót beszélgetni egy kedves ismerőssel, vagy családdal. A január-február hónapokban meg kell tanulunk belülről kifelé haladva megteremteni saját fényességünk forrását. Ehhez azonban nyugodt, békés, melegeket adni tudó, „lélek-lámpásra” van szükség. A helyzetet meg bonyolítja a belsőnk köztös elvárása is. Egyik részünk képletesen szólva „ülne a jobban”, amit már eddig megteremtett, az otthonában, a családja körében, értékelve azt, ami „van”. A másik lélek részünk pedig izlelgetné az új új energiáinak lehetőségét, csaka mögött hagyva a múltat, csak és kizárólag a jövőbe tekintve. Az univerzum Földről szemlélt irányja ez utóbbi, kirobbanó, új értékeket kereső vágyainkkal áll harmonikusabb, egyenesen arányos viszonyban. Február eleje, közepe táján válik lehetségessé a tettekből adódó produktumok, eredmények létrehozásának lehetősége. Tehát január végéig érdemes elméleti szinten megtervezni a célkitűzések listáját és

A MOZDULATLANSÁGBÓL A MOZGÁSBA

Asztrológiai útmutató a Vízöntő jegyében

februárban érdemes a gyakorlati szinten megtenni a szükséges lépéseket azokért.

Az életterületeink tekintetében változásokat várhatunk ingatlanügyek területén (sajnos ezen a területen inkább negatív, mint pozitív tényezők befolyásolják a végkifejletet), valamint a karrier és élethivatás területén, ahol előléptetést, vagy egy jobb munka lehetőségét ajánlják fel számunkra. A tanuláshoz, vizsgákra való felkészüléshez türelmet és kitartást kapunk, melyből hosszú távon pozitív, komoly eredményekre tehetünk szert. A hétköznapi életet a Vízöntő jeleknek nem vesszük időben észre. A jó hír azonban az, hogy kezünkbe tudjuk venni a jövőnket, „aranyfontalát”, sőt mi több el is tudjuk kerülni ezeket a betegségeket.

Általános tanulnivaló
 A Vízöntő szülőitői a jövőben élő, madárperspektívából figyeld, „tudó” emberek. Ötleitek és célkitűzéseik olyan magasságokat érintenek, melyek definíciósához sokszor még szavak sincsenek. Talán legjobb példa a Vízöntői tudásra a kvantumfizika tudománya. Ebben az időszakban tehát meg kell kérdeznünk magunkat: térbe kerül az önmegvalósítás kérdése. Szorgalmas hangyaként dolgozunk és teszünk a dolgokért. A háttérbe szorult emberi kapcsolatok természetesen csak a hétköznapi életre vonatkoznak, hosszú távon elkételeződésre hajlamosítanak a bolygók, azaz esküvő, vagy összekötözésre lehet számítani azokban a kapcsolatokban, ahol a szoros kötelék ugyan megvolt, mégsem törpéntek meg ezek az ügyevezett szilárdító döntések. Elkételezésre számíthatnak azok is, akik a felső-oktatási intézmények közül eddig nem tudtak igazán választani.

Egészség és életmód
 Az ünnepi lakomák „hagyatékat” a téli nagykabát igazán jól takarja. Baj csak akkor van, amikor egy-egy régebbi ruhadarab csak és kizárólag a jövőbe tekintve. Az univerzum Földről szemlélt irányja ez utóbbi, kirobbanó, új értékeket kereső vágyainkkal áll harmonikusabb, egyenesen arányos viszonyban. Február eleje, közepe táján válik lehetségessé a tettekből adódó produktumok, eredmények létrehozásának lehetősége. Tehát január végéig érdemes elméleti szinten megtervezni a célkitűzések listáját és

La Dolce
Csokoládé
 Hatféle eredeti olasz kuglóf 1990.- helyett, most csak 980 Ft!
 980.-
 Amíg a készlet tart!
 nyitva tartás: h-p: 10-18, szombat: 9-13
 La Dolce Csokoládé - XVI. Rákosi út 116.

indexünk csökkentése érdekében készíthetünk meditációs felvételt, ahol pozitív, inspiráló gondolatokat mondunk magóra és ezeket akár vezetés közben, vagy a munkahelyünkön hallgathatunk. Számítani lehet ideg-becsapódásra, bokarándulásra, vagy akut kötőhártya gyulladásra, főként akkor, ha a sorsunk lassítani szeretne minket, és ezeket a lassító jeleket nem vesszük időben észre. A jó hír azonban az, hogy kezünkbe tudjuk venni a jövőnket, „aranyfontalát”, sőt mi több el is tudjuk kerülni ezeket a betegségeket.

Általános tanulnivaló
 A Vízöntő szülőitői a jövőben élő, madárperspektívából figyeld, „tudó” emberek. Ötleitek és célkitűzéseik olyan magasságokat érintenek, melyek definíciósához sokszor még szavak sincsenek. Talán legjobb példa a Vízöntői tudásra a kvantumfizika tudománya. Ebben az időszakban tehát meg kell kérdeznünk magunkat: térbe kerül az önmegvalósítás kérdése. Szorgalmas hangyaként dolgozunk és teszünk a dolgokért. A háttérbe szorult emberi kapcsolatok természetesen csak a hétköznapi életre vonatkoznak, hosszú távon elkételeződésre hajlamosítanak a bolygók, azaz esküvő, vagy összekötözésre lehet számítani azokban a kapcsolatokban, ahol a szoros kötelék ugyan megvolt, mégsem törpéntek meg ezek az ügyevezett szilárdító döntések. Elkételezésre számíthatnak azok is, akik a felső-oktatási intézmények közül eddig nem tudtak igazán választani.

Egészség és életmód
 Az ünnepi lakomák „hagyatékat” a téli nagykabát igazán jól takarja. Baj csak akkor van, amikor egy-egy régebbi ruhadarab csak és kizárólag a jövőbe tekintve. Az univerzum Földről szemlélt irányja ez utóbbi, kirobbanó, új értékeket kereső vágyainkkal áll harmonikusabb, egyenesen arányos viszonyban. Február eleje, közepe táján válik lehetségessé a tettekből adódó produktumok, eredmények létrehozásának lehetősége. Tehát január végéig érdemes elméleti szinten megtervezni a célkitűzések listáját és

Égés és életmód
 Az ünnepi lakomák „hagyatékat” a téli nagykabát igazán jól takarja. Baj csak akkor van, amikor egy-egy régebbi ruhadarab csak és kizárólag a jövőbe tekintve. Az univerzum Földről szemlélt irányja ez utóbbi, kirobbanó, új értékeket kereső vágyainkkal áll harmonikusabb, egyenesen arányos viszonyban. Február eleje, közepe táján válik lehetségessé a tettekből adódó produktumok, eredmények létrehozásának lehetősége. Tehát január végéig érdemes elméleti szinten megtervezni a célkitűzések listáját és

Corner's Pub & Pizzeria
 1161 Rákosi út 112-114. József utcánál
 Házhozszállítás: 405-4819
 Kellemes, légkondicionált környezetben esküvőt 80 főig vállalunk: 405-0034

Nap-Fogyi Stúdió
 NYÍLT NAP JANUÁR 28-ÁN!
 ÚJ VENDÉGEKNEK minden szolgáltatásból 50% KEDVEZMÉNY!
 Bejelentkezés telefonon: 06-30-856-3874
 FODRÁSZAT • KOZMETIKA
 MANIKŰR • MŰKÖRÖM • MASSZÁZS
 Hypoxi a legjobb áron: 18 alkalmas bérlet 36.000 Ft
 Február 15-ig vásárolt bérlethez 1 ajándék szolgáltatás választható!
 HOZZA EL BARÁTNŐJÉT:
 1 barátnő 10% kedvezmény a 2. bérletből
 2 barátnő 20% kedvezmény a 3. bérletből
 Hypoxi: fogyaszt, méregtelenít, karcusit vákuum segítségével!
 Elérhetőség: NAP-FOGYI STÚDIÓ
 1161 Bp. Mária u. 65.
 06-30-856-3874, 06-20-286-4477
www.napfogyi.hu

H O R O S Z I R O P

keresi a válaszokat. Ha azonban birtoklása vágya kerekedik felül, az értelemmel dolgokhoz is ragaszkodni fog.

Ikrek (V. 21.- VI. 21.)

Január végén még a megfontolt, bölcs beszéd lesz jellemző Önre, február elejétől elengedi magát, és csak egyszerűen kimondja azt, amire spontán módon gondol. Ez olykor-olykor összetűzésbe keverheti – főként, ha másnak nem tetsző dologról beszél. Február közepétől ráadásul el is kezdheti elvárni a szabadságját adódó megkönnyebbülés érzését, és kissé túl is lehet a célon. Megszűnhet a a kis lelki-furdalás is, amit a hónap elején még csak-csak érzett, ha környezetében megdöbben, kerek szemeket látott. Igazából csak mozgásban van és a sors merül ki kívánja, hogy a napi megszokott rutin hosszú távon hová is vezet. Konklúziót kíván vonni a tettek és következményeik áttekintésével, azaz meg akarja fejteni, a valószínűségben minek van értelme, és mit dobjon ki hasztalansága miatt – természetesen a tárgyakon túl mutatva, analogikus értelemben. Szívösszés akár segítségére is lehet akkor, ha kitaróan

Rák (VI. 22.- VII. 22.)

A bánat kiapadhatatlan kútja. Talán így lehet igazán jelmezni Önt a január végi időszakban. Ez – félreértés ne essék – nem sértettség, inkább segítség abban, hogy észrevegye, túlzott önérzetével, a negatívumokat felmagyarázó depresszív lelkialapotál szubjektíven látja a világot. Ön most önsorsrontásból jelest kapna. Félő az is, hogy februárban alkoholhoz, vagy más mámorító szerhez nyúl fájdalmai enyhítéséért. Amiben mindenképp bizni kell, hogy az Ön uralkodó bolygója, a Hold olyan gyorsan halad a Nap-pályáján, ahogyan a dolgok is képesek megváltozni. Csukja be a szemét, és mire újra kinyitja, már tova is tűntek azok a dolgok, melyeket Ön visszameleg is őrizget.

Oroszlán (VII. 23.- VIII. 23.)

Ha Ön a főnöki székben ül, túl keményen fogalmazhat alkalmazottait illetően. Ez pedig marandó rosszállást, megfagyott légréteget jelenthet. Ha mindezt viselni képes, akkor is érdemesebb elsőként átgondolnia, hogyan is fogalmazza meg mondanivalóját, mert a beosztottakra szüksége van, és valljuk be, jobban szeret Ön is a jó főnök sze-

MASSZÁZS
 A XVI. kerületben MÁTÁSFÖLDÖN!
 Izomtonus befolyásolására Relaxálásra Keringés fokozására Fájdalomcsillapításra Izületi mozgáskorlátozottság késeltetésére
Solymosi Ágnes
 GYÓGYMASSZÓR
 Tel: 06-30-640-5662

repkőrében létezni, mint diktátor-ként megfélemlített emberekkel együtt dolgozni. Új szabályokat szeretne bevezetni saját és mások életében, a szabályok megszakításához és a valódi gyakorlati élethez való igazításukhoz időre van szükség. Türelmetlenségén úrrá kell lennie.

Szűz (VIII. 24.- IX. 23.)

Önmaga és az Őstólkülvö szoros közösség (család, barátok, beosztottak, kollegák) számára kíván változásokat eszközölni. Jól átgondolt koncepcióból adódó megkönnyebbülés érzését, és kissé túl is lehet a célon. Megszűnhet a a kis lelki-furdalás is, amit a hónap elején még csak-csak érzett, ha környezetében megdöbben, kerek szemeket látott. Igazából csak mozgásban van és a sors merül ki kívánja, hogy a napi megszokott rutin hosszú távon hová is vezet. Konklúziót kíván vonni a tettek és következményeik áttekintésével, azaz meg akarja fejteni, a valószínűségben minek van értelme, és mit dobjon ki hasztalansága miatt – természetesen a tárgyakon túl mutatva, analogikus értelemben. Szívösszés akár segítségére is lehet akkor, ha kitaróan

Mérleg (IX. 24.- X. 23.)

Hátal ugyan nem kezdünk mondatot, de hát meg kell hagyni, kissé össze van zavarodva, méghozzá csendesen van összezavarodva. Kilóg a saját életével szubjektíven látja a világot. Ön most önsorsrontásból jelest kapna. Félő az is, hogy februárban alkoholhoz, vagy más mámorító szerhez nyúl fájdalmai enyhítéséért. Amiben mindenképp bizni kell, hogy az Ön uralkodó bolygója, a Hold olyan gyorsan halad a Nap-pályáján, ahogyan a dolgok is képesek megváltozni. Csukja be a szemét, és mire újra kinyitja, már tova is tűntek azok a dolgok, melyeket Ön visszameleg is őrizget.

Skorpió (X. 24.- XI. 22.)

A Skorpió jegy szülőitői komoly elvekkel rendelkeznek a világot és saját működésüket illetően. Az élet most kényszerítő erővel lazít ezeken az elveken és megpróbálja Önnek más nézőpontból is bemutatni az életet. Ha úgy is gondolja, hogy sajátos elképzelése mindenek felett áll, tegyen egy próbát csak néző szinten, hátha kedvezőbb perspektívából szemlélheti az eddig nehézkesebben működő életterületeit. Ne feledje, rendkívül erős személyisége a legnagyobb változtatásokra is képes teszi, ehhez az erő módfellett szükséges azaz, hogy önmagát legyőzve jusson túl korlátain.

Nyilas (XI. 23.- XII. 21.)

Uralkodó bolygója, a Jupiter régóta hátrafelé mozog, így Ön is érezhette, hogy a dolgai ugyan

kényelmesekek, de nem célra vezetően haladnak előre. Február közepétől ez megváltozik. Nem feltétlenül érzi kedzetben ennek az erőnek a pozitív eredményeit, mégis tudja, hogy szüksége van a továbblépésre, hiszen a langyos állóvizet sosem lehet összehasonlíttani azzal a kristályvizel, erőtől duzzadó vízeséssel, melyet megáldott. Tegye félre büszkeségét, és ha száját húzza is, de lépjen tovább, lépjen előre, lépjen bele az új, dinamikus 2011 februárjába. Ugyan leesnek Önről a kényelem bilincsei, de helyette képessé válik a földre lehozni és megvalósítani ábrándjait.

Bak (XII. 22.- I. 20.)

A múlt hónapban a diplomáciai érzéke kifejelettséőről, fellépéstartásról volt szó. A Vízöntő havában tovább finomíthatja ez irányú tapasztalatait, s míg a január végén nehézkés és fardatóságosnak érzi, hogy figyelnie kell mind, és hogyan intéz, február közepén szinte tárgyakat bont. Amire figyelnie kell, hogy régi szokásai és spórolási kényszere – mely az anyagiagok túl sokszor fukarságot takar a dicséretnek és beszéd területén is – visszaveteti attól, hogy új szerepköröket élvezze. Tegye túl önmagát önmagán és tanulja meg élvezettel intézni dolgai. Legfontosabb üzenet a játszva tanulás elsajátítása.

Vízöntő (I. 21.- II. 19.)

Nehéz visszazoknia a munkába. Önből sosem a tettvágy az, ami hiányzik. Egyszerűen csak jól, ha az ember azt csinál, amit akar. Szabadideje azonban megcsappan, sokféle feladatot, kihívást kap, és ha kicsit szórólóvde is, de végül beadja a derekát és nekivág a 2011-es évmek. Könnyűnek azonban nem eszre sem nevezhetnének saját hónapját, mégis talán kicsit enyhébb megpróbáltatásokra számíthat. Anyagi területén még ne várjon túlzott stabilitást. A képlet búcsúszt, elmúlást mutat egy szeretett személlyel kapcsolatban, valamint a búcsúzásból adódó gyász személyiségváltozást hozó fejlődési szakaszát.

Halak (II. 20.- III. 20.)

Egy régi hölgy ismerőse lehet a segítségére nehézségeit illetően. Érzelmileg megindító találkozásra számíthat múltjával kapcsolatban. Ön rendkívüli képességgel tud kivonulni a világból, tegye hasznosítsa ez irányú képességét a gyakorlatban, és elalvás előtt bármilyen problémái legyenek is, kérje meg önmagát, hogy álmolja meg a megfelelő megoldást és ébredjen úgy, hogy emlékezzen rá, hogy egy fáradt, mert tudnia kell, ha a világ praktikus dolgai nem mennek, akkor nem a dolgokkal van baj, hanem az oldallal, amelyről megpróbálja megfogni azokat. Az Ön nagy-szerűsége a rendkívüli fantáziája és csodás lelki adottságai, használja ki ezt, és ne hagyja magát rábeszélni arra, hogy a hiba mindig az Ön készülőkében van.
Laki Beáta (06-70-310-1974)