

## Что взять с собой на занятия:

Сменную одежду — футболку, спортивные брюки (не шорты!) из плотной нескользкой ткани. Чистую обувь без каблука — лучше всего кеды или легкие кроссовки с цепкой подошвой. Чешки, тапочки, кроссовки с рифленой, бугристой подошвой и т.д. НЕ годятся. Без соответствующей обуви вы не сможете заниматься! Желательно небольшое полотенце или носовой платок (подстилка для занятий не требуется).

## ЧТО ДАЕТ ПРАКТИКА ХОРА? ДРУГОЕ КАЧЕСТВО ЖИЗНИ:

- **Постоянство усиления** личного психофизического, психоэнергетического потенциала.
- **Полное снятие** стрессового каркаса и усталости к концу каждого занятия, независимо от того, насколько напряженным был день.
- **Повышение потенциала** выживания в конкурентной среде (стрессоустойчивость, конкурентоспособность, активизация творческого потенциала).
- **Активная жизнь**, независимо от возраста.

**Потенциал выживания в конкурентной среде ? главный запрос людей бизнеса и карьеры.**

**ОРА с опережением отвечает на этот запрос**

[Подробнее](#)

X

**Практика ХОРА доказывается просто, на месте.** Любой бизнесмен может получить профессиональное заключение (да-нет), минуя любые рекламные программирования и объяснения-навязывания от незаинтересованного спортсмена, которому доверяет лично.

**Такого ни в одной практике никогда не было и нет.** В доказательствах такого класса полностью отсутствует любое программирование и навязывание.

[Подробнее](#)

**С вопросами и за дополнительной информацией**

пишите [hora@ukrpost.net](mailto:hora@ukrpost.net) или звоните:

**1 уровень 1 ступени "Базовые принципы-основы практики ХОРА" -**

**(044) 22-75-111, 458-47-98, 33-111-00 (собеседование)**

**2 уровень 1 ступени "Базовые принципы-основы практики ХОРА" - усиленная программа (12+4, 12+12) -**

**(044) 33-111-00, (095) 32-111-99 (собеседование)**

**2 ступень эволюционно-медитативной программы от Мастера ХОРА -**

**для участников занятий 2 уровня 1 ступени "Базовые принципы-основы практики ХОРА"**

**Эволюционно-медитативная личная программа от Мастера ХОРА -**

**(собеседование) - (044) 33-111-00, (095) 32-111-99**

"Результата добиваются при постоянной повторяемости (пример — музыкант), результат сохраняется при постоянной повторяемости (пример — музыкант)

Если птица перестанет летать, она теряет постоянную повторяемость. Навык исчезает. Даже инстинкт можно убить. В принципе, это оскотинение. Если рыба перестанет шевелить плавниками, она теряет свой навык, даже рыба – и та оскотинеет. Надо понять простую вещь: ПОТЕРЯ ИНСТИНКТА – ЭТО И ЕСТЬ ОСКОТИНЕНИЕ.

**Постоянная повторяемость в ХОРА направлена на восстановление жизненных природных каналов, из оскотинения — в полет.** Навык сохраняется, усиливается и т.д., если вы живете по принципу «я - птица, которая в постоянном полете».

**Нашел — будь верен.**

Вера без умения – это фанатик. Знание без умения – это научный схоласт. Умение без веры – это природное животное. Умение без знания – разрушитель для науки, изгой.

**Каждый пункт – это разные формы фанатизма.**

**Когда есть ВЕРА С УМЕНИЕМ, ЗНАНИЕ С УМЕНИЕМ, тогда три качества – вера, умение и знание – становятся одним целым. Это совершенно другая культура, совершенно другая традиция и совершенно другая цивилизация".**

**Мастер ХОРА, 30.11.2005**

**Центры эволюционно-оздоровительной  
программы от Мастера ХОРА на Украине**

**Киев**

**Бодхи**

Тел.: +38-044-33-111-00

Мтс: +38-095-32-111-99

Эл.почта:

[hora@ukrpost.net](mailto:hora@ukrpost.net)

сайт:

<http://www.hora.org.ua>

**Кеба Сергей Павлович**

Тел.: +38-044-22-75-111

+38-050-558-58-78

**Костенко Дмитрий Анатолиевич**

Тел.: +38-044-22-75-222

**Бессмертный Павел Валерьевич**

Тел.: +38-066-177-77-69

**Грицкевич Елена**

Тел.: +38-067-709-89-00

**Левченко Лидия**

☐ Тел.: +38-066-948-59-28

**Одесса**

Гордиенко Марк

и Зазыбов Александр

**Марк Гордиенко**

Тел.: +38-067-483-32-30

Тел.: +38-048-794-03-80

Эл.почта:

[mark\\_gordienko@mail.ru](mailto:mark_gordienko@mail.ru)

Этот e-mail адрес защищен от

**Александр Зазыбов**

Тел.: +38-048-735-07-47

Эл.почта:

[marshal@inet.ua](mailto:marshal@inet.ua)

**Львов**

Малышева Юлия  
и Зубарева Галина Евгеньевна

**Малышева Юлия**  
Тел.: +38-032-243-63-49  
Тел.: +38-067-672-05-17  
Эл.почта:

[loramax@yandex.ru](mailto:loramax@yandex.ru)

<b>и</b>	<b>Зубарева</b>	<b>Галина</b>
Тел	:: +38-032-243-63-49	
Тел	:: +38-067-673-13-00	
Эл	.	почта

[horasystem@yandex.ru](mailto:horasystem@yandex.ru)  
&nbsp;

**Харьков**

**Любовь Коровай**  
Тел.: +38-050-630-11-91  
Эл.почта:

[hora@ukr.net](mailto:hora@ukr.net)

Этот e-mail адрес защищен от спам-ботов

--	--

**Сумы**

1. Коровай Любовь	
и Парасечко Владимир	
2. Рябчун Виктория	

<b>1.</b>	<b>Любовь</b>	<b>Коровай</b>
Тел	:: +38-050-630-11-91	
Эл	.	почта
<a href="mailto:hora@ukr.net">hora@ukr.net</a>		

<b>Парасечко</b>	<b>Владимир</b>	
Тел	:: +38-099-046-33-29	

<b>2.</b>	<b>Виктория</b>	<b>Рябчун</b>
Тел	:: +38-095-684-59-81	
Эл	.	почта
<a href="mailto:sumy@хора.in.ua">sumy@хора.in.ua</a>		

Этот e-mail адрес защищен от спам-ботов, для его просмотра у Вас должен быть включен Javascript

**Симферополь**

<b>Попова</b>	<b>Елена</b>	
Эл	.	почта
<a href="mailto:hora_simf@mail.ru">hora_simf@mail.ru</a>		
Тел	. +38-050-654-72-04	