RÉQREATION
by Oláh Réka

# RÉQREATION AKADÉMIA

## programterv



ww.olahreka.com

A képzés 6 hónapos. A képzés bármikor elkezdhető.

Minden hónapod első napján megkapod a RÉQREATION a hónapi információs weboldalhoz való hozzáférést. Itt lesznek a videó képzések, tanfolyami anyag PDF, gyakorlati segéd lapok, adatlapok, és egyéb segédanyagok.

Minden hónapodban lesz egy előre rögzített időpontja a heti ZOOM-nak, ha lemaradsz, lesz felvétel, amely felkerül a RÉQREATION akadémia tárba. Egyre több felvétel lesz a RÉQREATION akadémia tárban.

Ezeken kívül van egy csoport, ahol rövidebb, egyszerűbb kérdéseket feltehettek és válaszolok.

Ha 1. hosszabb a kérdés, vagy 2. szeretnétek hogy jelen legyek egy kezelésnél, vagy 3. ha sok-sok kérdés és nem értés van, akkor bármikor egy konzultáció keretén belül (50 p-180 RON) bármiben segítek, személyesen, csak neked.

Hogy egy nagy képed legyen, milyen logikával működik a RÉQREATION MÓDSZER és egy RÉQREATION konzultáció:

RÉQREATION
by Oláh Réka

# RÉQREATION MÓDSZER SZISZTÉMÁJA

# A SZISZTÉMA

01. BLOKKOLDÁS

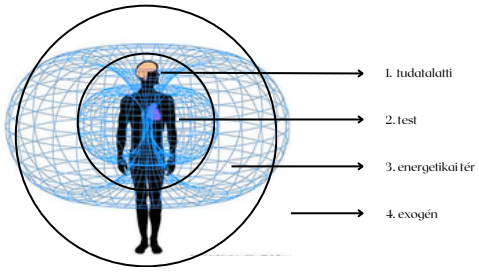
↓

02. TÁMOGATÁS

↓

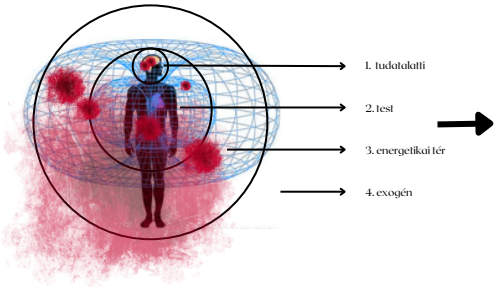
03. EGYÉB PLUSZ INFÓ

## 4 SZINTEN

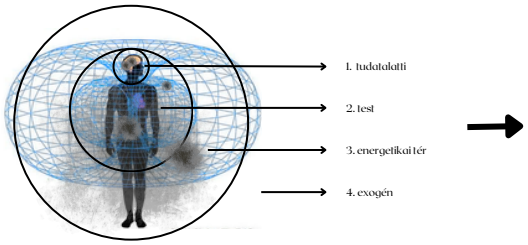


# FOLYAMAT

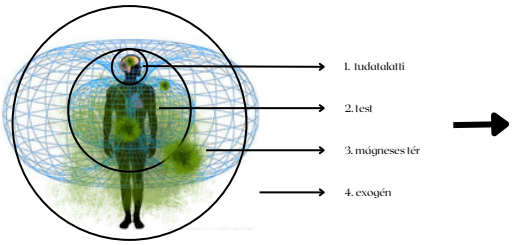
Okok feloldása



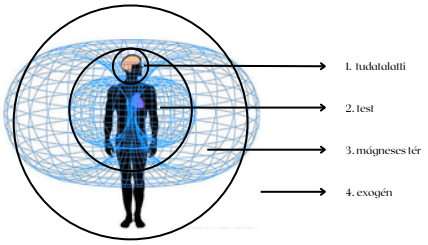

átmenteti egyensúlytalanság (esetenként)




\+ Támogatás megadása




= Teljes egyensúly



# Az akadémémia programterve

*az apró módosítások jogát fenntartva

# Első hónap

**Elmélet**

1. Életszemlélet (életválasztás, szülőválasztás, előző életek, életfeladat, lélekprofil, alapélet, élet értelme, felső vezetők, felettes én, angyalok)
2. Tudatalatti és tudatos elme
3. Kineziológiai tesztelés
4. Tesztelési hibák és megoldásaik
5. Oldástípusok1 (tudatalatti-, meridián)
6. Gyökértéma
7. Alapoldás és alapélet oldás
8. RéQreation minta oldás (RéQreation oldás szisztéma)
9. Alapoldás és alapélet oldás DEMO

**Gyakorlat** (minél többször, annál jobb)

1. Tesztelés elsajátítása (egy másik személyen)
2. Alapélet tesztelés (egy másik személyen)
3. RéQreation oldás szisztéma elsajátítása (kvantumoldás nélkül) (egy másik személyen)
4. RéQreation alapoldás, alapéletoldás (egy másik személyen)

**Találkozó** (igény szerint, online, havi 1x)

1. RÉQREATION alapoldás DEMO (videófelvétel)
2. az első hónapban felgyűlt kérdéseitek (50 p)

**Ajánlott olvasmány**

1. ... (meglepetés)

# Második hónap

**Elmélet**

1. Fizikai és mentális betegségek megértése
2. Érzelmi kibillenések megértése
3. Életbeli kibillenése, életkrízisek, traumák megértése
4. Csakrák
5. Aura
6. Fizikai test, energiatest
7. Idegen lelkek, párhuzamos életek, párhuzamos dimenziók, portálok
8. Oldástípusok2 (kvantumoldás)
9. RéQreation módszer tudományos háttere
10. Az oldások hatásának megértése (RéQreation teljes oldás hatásának megértése, átlátása)
11. RéQreation teljes koncepció és szisztéma (a módszer teljes áttekintése és megértése)
12. RÉQREATION teljes oldás

**Gyakorlat** (bármikor elvégezhető, minél többször, annál jobb)

1. RÉQREATION alapoldás (egy másik személyen)
2. Betegségek RÉQREATION (ezentúl RQ) oldása (egy másik személyen)
3. Csakrák harmonizálása RQ oldással (egy másik személyen)
4. Aura harmonizálása, sérülések gyógyítása RQ módszerrel (egy másik személyen)

**Találkozó** (igény szerint, online, havi 1x)

1. RÉQREATION kezelés DEMO (videófelvétel)
2. a második hónapban felgyűlt kérdéseitek (50p)

**Ajánlott olvasmány:**

1. ... (meglepetés)

# Harmadik hónap

**Elmélet**

1. Támogató eszközök
    a. meditáció
    b. táplálékkiegészítő
    c. táplálkozás
    d. mozgás
    e. egyéb: alvás, hidratáció
2. Online kezelés, távkezelés
3. Igazi változás (Gyógyulásom útja lapok)

**Gyakorlat** (bármikor elvégezhető, minél többször, annál jobb)

1. Online kezelés: párban heti 2x60 perc (egyik alkalommal az egyik, másik alkalommal a másik akadémiás)
2. Távkezelés-folyamat kihívás

**Találkozó** (igény szerint, online, havi 1x)

1. a harmadik hónapban felgyűlt kérdéseitek (50p)

**Ajánlott olvasmány:**

1. ... (meglepetés)

# Negyedik hónap

**Elmélet**

1. Gyakori témák
    a. Szülők
    b. Gyermekek
    c. Nem vérszerinti szülők
    d. Élet, születés, halál
    e. Abortusz, vetélés
    f. Önszeretet
    g. Önbüntetés
    h. Önbecsülés
    i. DNS megváltoztatása
    j. Szív körüli fal
    k. Saját magamat tenni az első helyre
    l. Elengedés
    m. Megbocsátás
    n. Kapcsolati dinamikák (negatív), játszmák
    o. Korlátozó meggyőződések, programok
    p. Istenbe és segítőibe vetett hit
    q. Intuíció
    r. Kontroll
    s. Deviáns viselkedés minták

2. Extrák
    a. Indítóprogram
    b. Ideális társ bevonzás
    c. Várandósság
    d. Mikor a lélek nem akar leszületni
    e. Mikor a lélek távozni akar
    f. Eltávozó szerettek
    g. Terek, tárgyak, létesítmények, étel, ital, tisztítása
    h. Állatok, növények kezelése
    i. “Engedély” nélküli oldás
    j. Elhalt sejtek tisztítása és elengedése
    k. Saját vagy másé

l. Jövőbeli események tisztítása
m. Meditáció utáni és közbeni oldás
n. Kívülről, másoktól érkező negatív energiaformák és kezelésük
o. Melléktünetek kezelése
p. Test támogatása oldással, táplálékkiegészítők rezgésének bevitele
q. vakfolt, vakfolt, más találna-e valamit?
r. Folyamat VS egyszeri alkalom

3. Önkezelés
4. Szülők vagy másokon keresztül való kezelés (proxy kezelés)
5. Jövő tesztelése
6. Céloldás
7. Napi rutinoldás
8. Villámoldás

**Gyakorlat** (bármikor elvégezhető, minél többször, annál jobb)

1. RéQreation oldás- Önkezelés
2. RéQreation oldás- Távkezelés folyamat kihívás (3. hónapban kiválaszott folytatása, ha végigvitted, akkor egy új személy kiválasztása- ezért még nem kérünk kezelési díjat, hiszen ez nektek fontos gyakorlat, de ha meghálálná valamivel igazán szívből, azt fogadjuk)
3. RéQreation oldás- Online kezelés/ Személyes fizikai találkozóval (párban az akadémiásokkal és az ismerőseitekkel)
4. RéQreation oldás- Proxy kezelés
5. A negyedik hónapban vedd végig az összes 1., 2., témáit (ahol teszteled, hogy dolgod van, és oldj, oldass magadnak ki belőle legalább 50%-ot, és másnak is 50%-ot- a cél, hogy a 4. hónap végére mindegyikkel legyen tapasztalatod, akár neked oldottak az adott témára, vagy te oldottál valamilyen formában másnak)
6. Próbáld ki a villámoldást
7. Kezdd el a rutinoldásod
8. Próbáld ki a céloldást
9. Próbáld ki a jövő tesztelését

**Találkozó** (igény szerint, online, havi IX)

1. a negyedik hónapban felgyűlt kérdéseitek (50p)

**Ajánlott olvasmány:**

1. … (meglepetés)

# Ötödik hónap

**Elmélet**

1. Táplálkozás tanácsadás
2. RéQreation torna oktatás
3. Edzésterv felállítás
4. RéQreation Életmódterv felállítás

**Gyakorlat** (bármikor elvégezhető, minél többször, annál jobb)

1. Táplálkozás tanácsadás- másnak (pl. barátnődnek, barátodnak, szüleidnek, testvérednek)
2. RéQreation torna- 5 torna összeállítása: bemelegítő, aktív rész, levezetővel együtt, amelyben leírod egymás alá felsorolva
    a. a gyakorlat nevét
    b. leírását- pl. kar emelése kilégzésre
    c. ismétlésszám
    d. időtartam
3. Havi ZOOM RéQreation tornára járás
4. Edzésterv felállítás- párban, Önmagadnak és másnak (pl. barátnődnek, barátodnak, szüleidnek, testvérednek)
5. RéQreation Életmódterv felállítás- párban, Önmagadnak és másnak (pl. barátnődnek, barátodnak, szüleidnek, testvérednek)
6. RéQreation oldás- minél több formában, minél többször, minél több személynek

**Találkozó** (igény szerint, online, havi 1x)

1. az ötödik hónapban felgyűlt kérdéseitek (50p)

**Ajánlott olvasmány:**

-

# Hatodik hónap

**Elmélet**

1. Terápiás alkalom menedzsment
2. Kommunikáció a terápiáról, kliensekkel
3. Sikered titka
4. Brandépítés online és offline (hogyan indulj el és hogyan nőjj nagyra)
5. RéQreation alkalmak formái, árazása
6. Őrizd meg az egyensúlyt

**Gyakorlat** (bármikor elvégezhető, minél többször, annál jobb)

1. Táplálkozás tanácsadás- másnak (pl. barátnődnek, barátodnak, szüleidnek, testvérednek)
2. RéQreation torna tartása
3. Havi ZOOM RéQreation tornára járás
4. Edzésterv felállítás- párban, Önmagadnak és másnak (pl. barátnődnek, barátodnak, szüleidnek, testvérednek)
5. RéQreation Életmódterv felállítás- párban, Önmagadnak és másnak (pl. barátnődnek, barátodnak, szüleidnek, testvérednek)
6. RéQreation oldás minél több formában, minél többször, minél több személynek
7. Brandfelépítés
8. Brandmanifesztációs gyakorlatok
9. Indulás a közösségi médiában (mutasd meg mentorodnak)
10. 1 offline brandépítési eszköz összeállítása (mutasd meg mentorodnak)

**Találkozó** (igény szerint, online, havi 1x)

1. a hatodik hónapban felgyűlt kérdéseitek (50p)

**Ajánlott olvasmány:**

-

Ha szeretnél hivatalosan is RÉQREATION módszer kezelő lenni, a 6 hónap után (azonnal, vagy a 6. hónap befejezése után maximum 6 hónappal) lehetőséged van kezelői “vizsgát tenni”, ami azért szükséges, hogy utána magabiztosan tud végezni azt, amit végzel. Örömmel könnyedséggel. Nem a szigorú tanárnő vagyok- emlékezz- hanem az, aki a lehető legjobbat akarja a te Életedben is! Aki a lehető Legjobb formádat segít kihozni.
Sikeres vizsga esetén bekerülsz a RÉQREATION csapat (team)-be, a weboldalamon bárki hozzád bejelentkezhet, hosszú távon én is küldök hozzád személyeket. Íme egy kis ízelítő :)

# RÉQREATION team



**Oláh Réka**
Nagyvárad (Románia), online



**Szabó Imola**
London
(Egyesült Királyság)



**Antal Melánia**
Dortmund (Németország), online



**László Gizella**
online



**Molnár András**
Nagyvárad (Románia)



**Szatmári Artúr**
Krakkó (Lengyelország), online

RÉQREATION
by Oláh Réka

első turnus
2025. SZEPTEMBER 15.-én indult, **azóta**

# BÁRMIKOR ELKEZDHETŐ

jelentkezés:
Whatsappon
00407560970 30

Szeretettel,
Réka