

Dolori alla schiena?

11/02/2019

Corso teorico-pratico in 3 serate (11, 18 e 25 febbraio 2019)

Con Chiara Bindella e Sonia Romerio

Info Chiara 3355265841 / Simona 3459234672



Associazione culturale
Via Rosselli, 4 - 28041 Arona NO
mail: Liberidiessere.info@libero.it
www.liberidiessere.net
Chiara 335 5265841 Sonia 340 8972948

IL MASSAGGIO:
UN DONO SIA PER CHI LO RICEVE CHE PER CHI LO FA

GIOVEDÌ 7 FEBBRAIO h 20,45

Serata divulgativa in cui verranno raccontati i molteplici benefici del massaggio che lavora contemporaneamente a livello fisico, emotivo ed energetico: un ottimo modo per fare prevenzione e prendersi curadi sé!
Si presenterà anche il corso amatoriale di massaggio per lenire i dolori alla schiena...



DOLORI ALLA SCHIENA?
SCOPRIAMO IL LORO SIGNIFICATO E IMPARIAMO TECNICHE E MASSAGGI PER DARCI SOLIEVO...

LUNEDÌ 11, 18 e 25 FEBBRAIO h 20,30-22,30
con Sonia Romerio e Chiara Bindella

Corso teorico-pratico in 3 serate in cui indagheremo il senso e il significato delle tensioni alle varie parti della schiena (tratto cervicale, tratto dorsale e lombare) collegandoli ai nostri blocchi psico-emotivi. Impareremo a prenderci cura della nostra schiena attraverso semplici tecniche e strumenti quali il massaggio, i fiori di Bach, movimenti di ginnastica dolce, accenni di metamedicina, visualizzazioni e tecniche di rilassamento.

Luogo:

Via Rosselli 4 - dalle ore 20.30 alle ore 22.30

Organizzatore:

