

TALLER DE RELAJACIÓN



ORGANIZACIÓN E INFORMACIÓN

Teléfono de la Esperanza de Navarra

C/ San Blas, nº 13 bajo
31014 Pamplona

Tfno. 948 243040
948 237058

pamplona@telefonodelaesperanza.org

COLABORA:



CURSO 2018 - 2019

Sesiones dinámicas que integran movimiento, sonido, respiración y meditación.

Donde se liberan tensiones musculares.

Se fortalece el sistema nervioso, pulmones y corazón.

Se alcanza un estado profundo de relajación física y mental, y a la vez se experimenta una sensación de alerta y vitalidad.

DURACIÓN

Fecha de inicio: **17 de septiembre de 2018.**

Fecha de Finalización: **26 de junio de 2019.**

HORARIO

Lunes de 11:00 a 12:45 – Principiantes

Miércoles de 11:00 a 12:45 – Personas con experiencia previa

IMPARTE

Equipo del Teléfono de la Esperanza de Navarra

LUGAR

Teléfono de la esperanza de Navarra, C/ San Blas 13 Bajo

INSCRIPCIÓN

Para inscribirse llamar al número de teléfono **948 24 30 40 / 948 23 70 58**

Número de plazas limitado