

“La Via del Guerriero”

Presenta il seminario dal titolo:

“Volontà e Consapevolezza attraverso l’Autostima”

Domenica 25 maggio alle ore 15.00

Lo scopo di questo seminario è quello di portare l’individuo alla consapevolezza di sé e di ciò che lo circonda.

Chi siamo? Come ci sentiamo? Cosa percepiamo del nostro corpo?

Perché, a volte, ci sentiamo stretti in questa società?

Il seminario offre semplici tecniche di autovalutazione e consapevolezza corporea con la possibilità di confrontarsi con sé stessi e gli altri; acquisizione delle tecniche di visualizzazione ed automassaggio.

Per prenotazioni ed informazioni : Cristiana 349.8606782

Il numero dei partecipanti va da un minimo di quattro ad un massimo di dieci persone.

NB: E’ necessaria la prenotazione.

*Il seminario avrà luogo presso
l’associazione “LAM – Il Sentiero” in piazza Benco 4 - Trieste (TS).*

www.cristianascoppetta.it