

Corso esperienziale sul rilassamento 2019

Roma, 12 Febbraio 2019. Il 19 febbraio avrà inizio il corso esperienziale sul rilassamento che si svolgerà in 6 incontri ogni martedì alle 17.30.

La sperimentazione e l'acquisizione delle tecniche di rilassamento hanno l'obiettivo di favorire nei partecipanti l'ottimizzazione individualizzata delle risorse psicofisiche, a livello mentale, emotivo e del funzionamento organico. Lo scopo ultimo è quello di armonizzare l'equilibrio mente-corpo e stimolare la capacità di ciascuno di migliorare la propria condizione di benessere.

L'attività verrà svolta in gruppo e sarà condotta dal Prof. Rizzuto.

Il costo dell'intero corso è di € 100.

Per l'iscrizione inviare un'email a schietroma@unisal.it con oggetto "iscrizione gruppo esperienziale di rilassamento".

[Locandina Gruppo Rilassamento CPPEDScarica](#)
