

# EMOTIONAL TRAINING

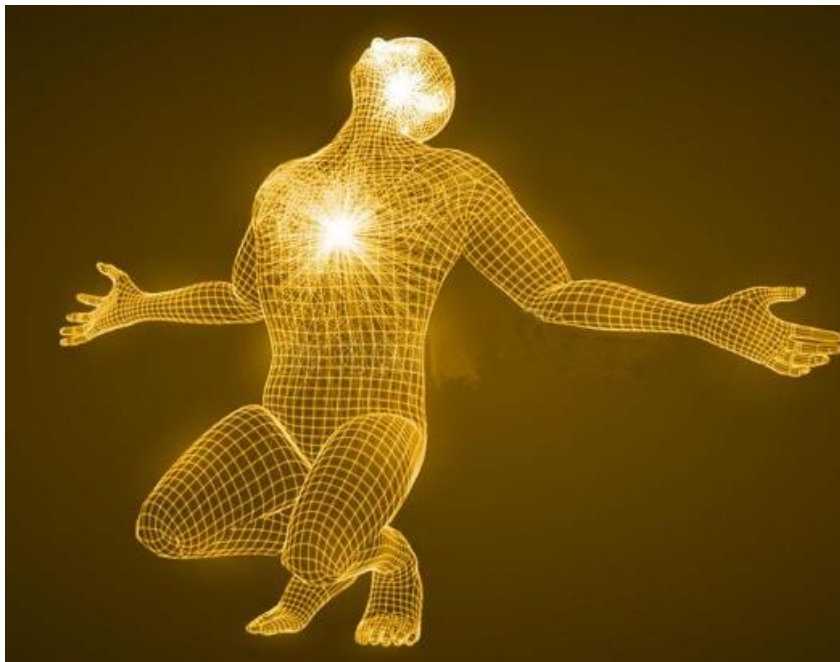
A cura di: *Vassallo Marzia*  
Studio medicina complementare

Un nuovo modo per tenersi in forma ritrovando il proprio equilibrio psicofisico e rilasciare i blocchi emotivi.

Si tratta di una combinazione di meditazione unita a posizioni dello yoga del tai chi e molto altro; con il controllo del respiro si lavora a diretto contatto con le emozioni che bloccano la propria realizzazione.

*Concentrazione – sfogo emozionale – equilibrio*

*Sono le parole d'ordine*



Vieni a provare, ti aspetto: martedì 05 novembre 2019 ore 21,00

Presso: Associazione Be-Street – Corso Piave 96 – 12051 Alba (CN)

Abiti comodi, tappetino yoga, bottiglietta di acqua.

Si prega di dare cenno di conferma via sms oppure WhatsApp al nr 328.7489667

## IL CAMBIAMENTO INIZIA DA DENTRO