



Curso de bienestar personal.

Estrés, ansiedad, agotamiento físico y mental, irritabilidad, tensión muscular...

Armoniza y equilibra tu cuerpo y tu mente trabajando en una sola clase varias técnicas como: Yoga, relajación, meditación, tai chi, danzaterapia, musicoterapia, técnica Alexander, método Trcd, etc.

Grupos: máximo 10 personas.

Días (a elegir):

Miércoles de 10.00 a 11.15h. (TURNO MATUTINO)

Martes de 20.00 a 21.15h. (TURNO NOCTURNO)

Precio: 25€ mensuales. No se cobra matrícula.

Lugar: Kensho-Zen Centro de desarrollo personal
C/ Dr. Fleming, N° 1, Bajo.
Zarandona –Murcia-

Más información **659832120**.

!!!Matrícula abierta todo el año!!!