

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:



VERANO 2018

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

El taller se realiza durante el mes de agosto, los **miércoles de 11:00 a 12:45**.

Fecha de comienzo del taller: 1 de agosto de 2018.

Finalización: 29 de agosto de 2018.

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