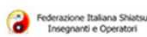




Il Benessere con un Tocco

ROBERTA GARGIULO SHIATSU - RIFLESSOLOGIA PLANTARE - THAI FOOT
MASSAGGIO OLISTICO - METODO FELDENKRAIS - CORSI AUTOMASSAGGIO



IL MOVIMENTO E' VITA,



IL MOVIMENTO E' SALUTE FISICA E MENTALE.



MOVIMENTO POSTURALE DINAMICO METODO FELDENKRAIS

Ideale per ogni età e condizione fisica, il Metodo agisce sulle abitudini e gli atteggiamenti corporei per superare rigidità muscolari, dolori e tensioni psicofisiche, per rendere il corpo più armonico e più forte.
Valido per la rieducazione vertebrale e la cura del mal di schiena.



LEZIONE DI PROVA GRATUITA

Venerdì 12 maggio 2017 dalle ore 18.30 alle 19.30

BIOARMONIA - Via G. Mazzini, 26 G - Monterotondo

E' necessaria la prenotazione

Per info su date, costi e caratteristiche :

Roberta: 340 45 62 834
roberta@benessereconuntocco.it
www.benessereconuntocco.it

Alcuni miei allievi alla domanda cos'è per te il movimento, hanno risposto:

«Per me il movimento è un bisogno vitale come il cibo, l'aria e l'amore - non c'è vita senza movimento!» (Mario, Responsabile Settore Informatica)

«Per me il movimento è piacere e divertimento, imparare e progredire.» (Maria, che ama ballare)

«Ho praticato lo sport nel tempo libero per tutta l'infanzia, insieme ai miei genitori ed in diverse società sportive.» (Francesco, appassionato di running)

«Lo sport fatto insieme ad altri è gioia, libertà e vita. Quando cammino in un gruppo mi diverto, parliamo e ridiamo. Mi sento motivata.» (Monica, Insegnante)

«Movimento vuol dire divertimento, ritmo e socializzazione. Quindi interscambio e dinamica fra la gente.» (Luigi, Agente di commercio)

«Movimento e sport significano vita ed amore per la natura.» (Bibiana, Responsabile Ufficio Acquisti)

«Per me il movimento è distensione. Il movimento può contribuire a risolvere diversi problemi e tensioni.» (Elisabetta, Psicoterapeuta)

«Quando lavoro al computer nella pausa del mezzogiorno devo uscire all'aria aperta. Il movimento è un'esigenza.» (Alice, impiegata)

«Lo sport è movimento fatto in modo consapevole per rafforzare il corpo e la mente.» (Matteo, Pensionato)

«Per me il movimento significa salute psicofisica. Mi muovo perché mi mette di buonumore e mi predispone positivamente nei confronti degli altri.» (Angela, Pensionata)

«Il movimento per me è un'esigenza. Lo faccio solo per me, perché migliora il mio umore e sono meno grassa.» (Martina, Cassiera)

«Per alcuni è importante iniziare in un ambiente familiare. È la base per acquisire fiducia e sicurezza.» (Maddalena, Infermiera)

Per te cos'è il buon movimento ?

Ti aspetto l'8 o il 12 maggio 2017 presso il Centro Bioarmonia di Monterotondo