

Cambie a través del Movimiento

MÉTODO FELDENKRAIS

“El método Feldenkrais no sólo ejercita los músculos y alinea el esqueleto, sino que produce cambios en el cerebro mismo”

Dr. Karl Pribram, neurólogo

Si Usted quiere mejorar:

La salud, el humor y capacidad para superar las dificultades, el dolor y la ansiedad

Venga a las CLASES SEMANALES en:



PRANA, Escuela de Yoga

C/Quintana, 66, Alicante

Viernes 18:00 a 19:00

Información e inscripción 609 64 60 64 Lena

PRESTANDO ATENCIÓN A CÓMO NOS MOVEMOS DEJAREMOS DE SER ESCLAVOS AUTÓMATAS

Cada vez que combinamos la atención con el movimiento, se activan millones y millones de células cerebrales. Con la atención consciente las funciones organizativas del cerebro se ponen en acción.

Cuanto más combinamos la atención con el movimiento, mayor es el número de células que se unen para formar nuevos patrones y posibilidades en nuestra vida: Nuevas acciones, nuevas ideas, nuevos sentimientos, nuevas emociones, nuevo conocimiento...

¿No es estimulante?

Imparte: Lena Gómez

609 64 60 64 lena.gomez@mail.ru

¡Atrévase a probarlo!
¡Primera clase GRATIS!

