

PACCHETTO CORSI AREA BENESSERE - COMO



Luogo **Lombardia, Como**
<https://www.annunci.it/x-644526-z>

Un pacchetto completo per un'offerta a 360° dell'area benessere.

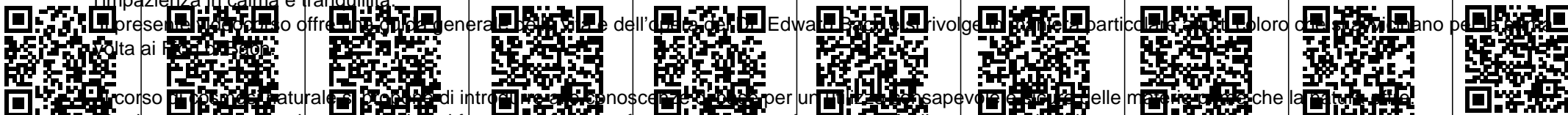
- ? Corso di erboristeria
- ? Corso di cosmesi naturale
- ? Corso sui fiori di Bach
- ? Corso di Yoga
- ? Corso di SmartFit

Il corso di YOGA vi offrirà un modo per rendervi più consapevoli del vostro corpo a migliorare la vostra respirazione ed equilibrio.
Lo yoga può essere considerata una componente molto importante per la vostra salute, in quanto dovrebbe essere espressione di cura ed attenzione nei confronti di voi stessi e del vostro benessere fisico e spirituale.
Il corso di yoga vi offrirà un modo per rendervi più sereni e consapevoli del vostro corpo ed introdurvi nel mondo di questa disciplina millenaria.

Il Corso SMARTFIT è l'ideale per chi, essendo sempre di corsa, non riesce mai a trovare un momento nella sua giornata per allenarsi. Infatti, con le sue lezioni fruibili in qualunque momento, facili, concise e funzionali, anche un piccolo ritaglio di tempo da 7-10 minuti può essere sfruttato per allenarsi. I benefici sono molteplici, sicuramente vi farà sentire subito più in forma, ma anche più sciolti, con una postura migliorata ed una rinnovata energia per affrontare le giornate!

Le essenze dei Fiori di Bach hanno la qualità e la capacità di cambiare un'emozione negativa in una positiva. Le emozioni negative non vengono soppresse, ma trasformate nell'opposto stato emotivo positivo, ad esempio la paura del fallimento nella fiducia in se stessi o

l'impazienza in calma e tranquillità.

[illegible][illegible]

<https://www.annunci.it/x-644526>

È inoltre fornito un programma da scaricare, autoinstallante sul proprio PC, con verifica attraverso un centinaio di domande e risposte.