

Nou taller ‘Allibera tensions equilibrant el teu cos’ al Centre Cívic Can Cabanyes

Dia: divendres

Horari: de 17.15 a 18.45 h, i de 18.45 a 20.30 h

Ho organitza: BAAF, Badalona Assoc. d’Afectades/ts de Fibromiàlgia

Més informació: T 610 445 956

Basat en les tècniques de l’Harmonització Morfològica Holística (A.M.O.), en aquest nou taller es realitzen petits moviments, senzills i molt respectuosos amb el cos, orientats a una harmonització corporal que afavorirà:

Recuperar la forma natural del cos.

Allargar les cadenes musculars.

Disminuir el dolor crònic.

Millorar la qualitat de la son.

Alleugerir les digestions.

Optimitzar la respiració.

Millorar símptomes i malalties.