

Impariamo a rilassarci... con il Training Autogeno è possibile!

Presso Studio Associato Utap – Viale Trieste, 38 – Portogruaro.

Per particolari situazioni mediche si valuta il domicilio della persona. Sedute individuali e per piccoli gruppi.

Data e ora di inizio saranno stabilite telefonicamente.

J. H. Schultz negli anni '20 delineò quella che ancora oggi è una delle tecniche terapeutiche più apprezzate, imitate e volte al raggiungimento del rilassamento e non solo. Il Training Autogeno di Basati permette di gestire le tensioni dove e quando vuoi. La tua motivazione ad allenarti agli esercizi, che imparerai, è la chiave del cambiamento, e in pochi secondi **finalmente** sarai **calmo!**

Info e costi: 3398200641

