



IL CONSIGLIO DI ZONA 6

Organizza il

Corso di:

MEDITAZIONE E TECNICHE DI RILASSAMENTO



IL CORSO, BASATO SUL METODO "SAHAJA YOGA" TRAMITE TECNICHE PER PURIFICARE IL SISTEMA ENERGETICO AIUTA A:

- **ALLEVIARE TENSIONI E RIDURRE LO STRESS**
- **SMETTERE DI FUMARE E LIBERARSI DA ALTRE DIPENDENZE**
- **RISOLVERE DISTURBI FISICI MENTALI ED EMOZIONALI**
- **RIPORTARSI IN UNO STATO DI ARMONIA CON SE STESSI.**

**IL PRIMO INCONTRO PREVISTO E'
VENERDI' 5 FEBBRAIO
DALLE ORE 10.00 ALLE 12.00
NEL C.A.M DI VIA S. PAOLINO 18.**

LA PARTECIPAZIONE E' TOTALMENTE GRATUITA

Le iscrizioni si ricevono al numero **02.884 55 314**
dalle ore 9 alle ore 12 e dalle ore 14 alle ore 17.00.