



AYURVEDA, SALUTE E LONGEVITÀ

Durante l'incontro approfondiremo le diverse TIPOLOGIE DI INDIVIDUI che stanno alla base dell'Ayurveda analizzando le caratteristiche psicofisiche di ognuno.

Vi siete mai chiesti perchè reagiamo in maniera così differente alle cose? Ma anche al clima, ai cibi, al lavoro, allo stress?

Lo studio di queste individualità vi offrirà un nuovo approccio alla conoscenza di voi stessi. Imparerete a conoscere i vostri punti forti e i punti deboli, ciò che vi fa star bene e ciò che vi crea disagio con l'obiettivo di reindirizzarvi al vostro equilibrio naturale.

E infine inizierete a conoscere i principali "strumenti terapeutici" dell'ayurveda: i MASSAGGI, lo yoga e i TRATTAMENTI DI PURIFICAZIONE PROFONDA.

Coach: Dott.ssa Elisa Bottura
11 Aprile 2017 > 17.30 - 19.30

COSTO DEL CORSO: 20 EURO

Per info visita il sito medicoayurveda.com/curriculum.html
scrivi info@elysiumbenessere.it, oppure chiama **0376 222612**