



Educació corporal - Mètode Dolka

Candela Poó

655 10 99 79

candelapoo@gmail.com

www.candelapoo.com

Classes regulars:

- 1 classe/setmana: 50€/mes

- 2 classes/setmana: 80€/mes

Classe solta: 12€

Classe de prova: 5€

Un espai per a estimar i cuidar el cos, alliberant-lo de tensions, aprofundint en la respiració, prenent consciència i permetent una relaxació profunda dels teixits corporals i l'activitat mental.

Indicat per a persones de qualsevol edat i condició física que busquen més llibertat de moviment, una respiració més àmplia, natural i conscient o que tinguin inquietud per conèixer-se des del seu propi cos.

Persones amb estrès, dolors d'esquena, contractures, ciàtiques, lumbàlgies, artrosis, bursitis, dolor crònic,... o simplement amb ganes d'ampliar la capacitat de sentir-se millor, experimentar-se i estimar-se.

- Portar roba còmoda.
- Matrícula gratuïta fins el 30 de setembre

Betlem 44, local - Barcelona 08012 - info@2estones.com - 93 127 34 85 - 671 58 70 65