

REIKI

Contenidos:

- Los Chacras.
- Colores, mantras y afirmaciones.
- Meditación.
- Ejercicios autotratamiento.
- Sesiones.

Objetivos:

- Equilibrio energético.
- Mejora ansiedad, depresión, estados nerviosos.
- Respiración y meditación.
- Fortalecer sistema inmunológico.
- Recuperar la vitalidad.

Duración del curso/taller:

3 meses (inicio: 3 de abril 2024; final: 26 de junio 2024)

Días/horario:

Miércoles de 19:00 a 20:30 horas.

Se imparte en:

Universidad Popular de Agüimes – C. Cultura Montaña Los Vélez

Material que debe llevar el/la usuario/a:

Agua, cuaderno, lápiz y colores.

Imparte la monitora: Juana Celeste Hernández Rodríguez