REIKI

Contenidos:

- Ejercicios de Respiración.
- Meditación guiada.
- La Energía.
- Preparación.
- Autotratamiento.

Objetivos:

- Bienestar físico y emocional.
- Eliminación de toxinas.
- Mejora del sueño.
- Liberación del estrés.

Duración del curso/taller:

Inicio: 03/octubre/2023 - Final: 30/julio/2024

Días/horario:

Martes. de 17:00 a 18:30 horas.

Se imparte en:

UP. de San Bartolomé de Tirajana - C.S.C. Mayores de San Fernando

Material que debe llevar el/la usuario/a:

Ropa cómoda, cojín y agua.

Imparte el curso/taller

Juana Celeste Hernández Rodríguez