



YAMUNA FOOT FITNESS®.

I NOSTRI PIEDI

La posturologia ha dimostrato l'importanza dei nostri piedi per la stabilità del corpo nella sua interezza. I piedi sono le nostre radici, il collegamento tra il cielo e la terra.

In questo corso **Yamuna Foot Fitness®** si incontra con la riflessologia plantare e lo shiatsu per trattare attraverso i piedi gli organi e i meridiani di tutto il corpo. Applicheremo la tecnica **Yamuna** con i *foot waker* insieme ad un trattamento dei punti di riflesso terapia del piede. Il partecipante imparerà delle tecniche di auto trattamento completo del piede.

Quando: sabato 28 marzo

Orario: 9:30-12

Dove: Lo Studiolo di Spaziocorpo, Cortile dei Palazzi Federici, Via E. Stevenson 24 (viale XXI Aprile-Roma).

Costo: 40 euro

Info: 340-7772363 – spaziocorpo.it

Iscrizioni: per iscriversi è necessario saldare la quota del corso entro il 20 marzo. Effettuare il pagamento sul posto o con bonifico.

Pagamenti con bonifico: inviare la ricevuta di pagamento a corsi@spaziocorpo.it.

La prenotazione al corso non seguita dal pagamento e dall'inoltro della ricevuta via e-mail è da ritenersi nulla.

di seguito l'IBAN per l'iscrizione:

IT66A0311103211000000014381

Intestare a Nuova Spaziocorpo APS - CAUSALE Corso Yamuna Foot Fitness

Alessandra De Castro

Ha seguito percorsi riconosciuti di Operatrice di Shiatsu, Riflesso Terapia al Piede, Massaggio ayurvedico e Kobido, è Insegnante di Visogym, Fit&Face, Yamuna body rolling, Yamuna Foot Fitness, Yamuna Save Face, Yamuna Scoliosi&Twist, Fitness Posturale e Restorative Yoga. Continua ad approfondire la sua esperienza frequentando corsi con insegnanti esperti su crescita interiore e consapevolezza corporea e yoga. È impegnata nel sociale e si occupa di volontariato.