

# SABATO 25 NOVEMBRE 2017

## Dalle ORE 20:00 alle ore 21:00

*incontro GRATUITO SUL MASSAGGIO E AUTOMASSAGGIO AYURVEDICO*



*con Roberta Felici Operatore Ayurvedico Csen*

Argomenti di questo incontro:

- ✚ Introduzione all'Ayurveda e benefici del massaggio Ayurvedico riconosciuto dall'Organizzazione Mondiale della Sanità come un sistema sanitario completo di medicina naturale".
- ✚ L'importanza dell'automassaggio e come effettuarlo.

Lo scopo principale del massaggio è di ripristinare nell'organismo una condizione di equilibrio e di mantenimento di uno stato di benessere del corpo e della mente.

Il Massaggio rinforza, rilassa, migliora il sonno, mantiene morbida e giovane la pelle, fa aumentare le difese immunitarie, migliora la vista e aiuta ad alleviare lo stress e la fatica.

Iniziare la giornata con un auto massaggio è certamente uno dei miglior modi per proiettarci a vivere bene una giornata intensa e piena di attività.

Prima ci sarà la possibilità di effettuare un MASSAGGIO AYURVEDICO ABHYANGA, nella stessa giornata, della durata di 1 ora (Quota € 50,00)

**Orari disponibili, su PRENOTAZIONE:**

**14:00 - 15:30 - 17:00 - 18:30**

N.B. - Il massaggio viene eseguito con oleazione di tutto il corpo, dalla testa ai piedi, si consiglia pertanto alle donne di non venire truccate ne con messainpiega.



*A.s.d. Pensare con il corpo*

Cell. 324.7741063 email: [pensareconilcorpo@gmail.com](mailto:pensareconilcorpo@gmail.com)

Viale di Porto 399 Maccarese (Rm)

[www.pensareconilcorpo.jimdo.com](http://www.pensareconilcorpo.jimdo.com)