

essential
MOTION®

Kurssi 20-22.4.2012

Siuntion Hyvinvointikeskuksessa

Anna itsellesi aikaa Rentoudu ja uudista voimiasi

Harjoitukset herättelevät luonnollista, aitoa ja spontaania itseilmaisua ja tuovat liikkumiseen iloa ja vapautta.

Jokainen liikkuu omalla tavallaan. Liikkeen avulla oppii arvostamaan omaa kehoa uudella tavalla ja löytää itsestä uudenlaisia voimavaroja.

**Kun liikun, tutkin omaa sisäistä maailmaani*

herättelen uteliaisuuttani, mielikuvitustani, leikkisyyttäni

löydän polun sisäiseen hiljaisuuteeni, innostukseeni, syvimpiin tunteisiini

Kun liikun, tutkin minussa olevia mahdollisuuksia

*Kun liikun, olen oma itseni**

Kurssiaikataulu:

pe klo 18-20.30, la klo 10-17.30, su klo 10-14

Kurssin hinta 265 € sis. alv 9%

Täsysisihoito pe-su 161-181 € / 2hh, 291€ / 1hh.

Lounas- ja päivällispaketti 57 € / hlö

Ohjelmasta vastaavat Essential Motion®-ohjaajat

Riitta Saarikko ja Merja-Riitta Hämäläinen, Elämäntaidefoorumi



Merja-Riitta



Riitta

Ilmoittautumiset ja lisätieto:

Riitta: puh. 050 367 6891, riitta@aquaqi.net, www.aquaqi.net

Merja-Riitta: 050 5276193, merjariitta.hamalainen@ikarosterapia.com, www.elamantaidekouluilo.fi

Lisätietoa Siuntion hyvinvointikeskuksesta:
www.siuntionhyvinvointikeskus.fi

w w w . e s s e n t i a l - m o t i o n . f i

**Essential Motion®
on vapaata liikettä
ja tanssia omin askelin.**