

Altro appuntamento pratico di Obiettivo Benessere

MEDITAZIONE CON LE CAMPANE TIBETANE

Martedì 12 novembre dalle 17,45 alle ore 19.00

Palestra RSA Via Gradisca 10

Un primo incontro di avvicinamento e conoscenza!!



Le campane tibetane possono essere suonate a scopo terapeutico, rilassante, energizzante, in corrispondenza: dei chakras (centri energetici presenti nel corpo umano), di punti particolari nel corpo, quali articolazioni, addome, gambe etc. Attraverso la vibrazione, aiutano a sciogliere tensioni o blocchi energetici, favorendo un benessere spontaneo delle parti trattate e in generale di tutto il sistema corpo, parola e mente.

Il suono della campana tibetana genera diverse frequenze che sviluppano l'onda vibratoria che porta in equilibrio il corpo e la mente. Il nostro corpo si comporta come uno strumento musicale che ha bisogno di essere accordato per poter suonare bene e vivere nell'armonia. La teoria della guarigione attraverso il suono, nasce dal pensiero che «Tutto è energia

PORTARE TAPPETINO PER GINNASTICA O ASCIUGAMANO

Abbiamo previsto un ingresso a Libera Offerta" (almeno 5 euro)

Ultimi 6 posti disponibili

Per bloccare il posto scrivere mail a:

a.dellagiorgia@ascittaditorino.it