

Altro appuntamento pratico di Obiettivo Benessere
**MEDITAZIONE CON LE CAMPANE
TIBETANE**

4 incontri nel 2025 dalle 17,45 alle ore 19.00

Palestra RSA Via Gradisca 10

Martedì 28 gennaio

Martedì 11 febbraio

Martedì 25 febbraio

Martedì 11 marzo



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 E COPERTA
CHI AVESSE PIACERE DI FAR SUONARE LA PROPRIA CAMPANA PUO' PORTARLA**

Abbiamo previsto un ingresso a "libera offerta" al momento dell'iscrizione
pacchetto 4 incontri (almeno 25 euro)

Per info e iscrizione obbligatoria scrivere mail a:

a.dellagiorgia@aslcittaditorino.it