Outils de gestion du stress

[] Tutoring and education courses

Vous cherchez un meilleur équilibre dans votre vie? J'accompagne en individuel toute personne prête à trouver des solutions. Ensemble nous déterminons les axes sur lesquels vous souhaitez travailler: gestion des émotions, troubles du sommeil, douleurs chroniques, bien vivre une grossesse, sont quelques exemples fréquents. Contrairement aux idées reçues, le yoga est accessible à chacun et s'adapte à vos possibilités physiques. Outre les postures, nous pourrons utiliser de nombreux outils tels la respiration, le chant, les visualisations, la relaxation pour répondre à vos besoins. Alors n'attendez plus, et prenez contact avec moi dès aujourd'hui.



Link

https://homehelp.lu/outils-de-gestion-du-stress,o2301

Contact

E-mail: perla@shantiyoga.eu
Telephone: +352 691 69 80 80

Localisation

, Luxembourg
-

Ad posted: **2020-02-27 17:33:17**