

TALLER DE MEDITACION CONSCIENTE

DIA Y HORA: JUEVES (7 DE OCTUBRE) DE 11:00 A 12:00 H.

**LUGAR: CENTRO DE FORMACIÓN (ENCIMA DE LA GUARDERÍA)
COLABORA EL AYUNTAMIENTO DE SAN MIGUEL DEL**

ARROYO

IMPARTE DÑA. MARTA AMO



**La meditación
consciente** aporta
beneficios a través de la
propia respiración.

Nos mejora nuestro
estado físico y mental,
como:

Ansiedad
Angustia
Dolores derivados del
stress

Teléfono de contacto:

636309097 - Marta

