

# Método Feldenkrais

Autoconciencia a través del movimiento

El secreto de moverse sin esfuerzo

“El método Feldenkrais está diseñado para desprogramar nuestro cerebro de formas de pensar que nos impiden movernos de forma saludable y armoniosa”

*Dirigido a psicoterapeutas, fisioterapeutas, practicantes de Yoga, Pilates y Artes Marciales, deportistas, actores, cantantes, bailarines, músicos, educadores, ... para todas las personas interesadas en mejorar su calidad de vida.*

Imparte: Helena Guevara  
[www.feldenkraisymas.com](http://www.feldenkraisymas.com)



**Precio: 90€**

Incluye las grabaciones de las clases impartidas.

**Horario:**

10,30 a 13,30h  
15,30 a 18,30h.

**Información e inscripciones**



**POSICION CERO**

652 34 69 03

[rosa@posicioncero.es](mailto:rosa@posicioncero.es)

[www.posicioncero.es](http://www.posicioncero.es)