

L'Associazione Onda Vitale ASD

**ORGANIZZA UNA SERATA ESPERIENZIALE
CON LA DR.SSA ANNA RITA IANNETTI**

**IN VIDEOCONFERENZA ZOOM
MERCOLEDI' 17 MARZO ORE 20,30**



“**La mente è nel corpo.** Emozioni e pensieri regolano inconsapevolmente l'attività automatica di tutti i nostri organi ed apparati creando a volte malattie. Agire sulle emozioni e sui pensieri è difficoltoso mentre modulare volontariamente la respirazione, e quindi la frequenza cardiaca, è solo una questione di allenamento.

Faremo esperienza della respirazione lenta diaframmatica che rende possibile modulare queste funzioni integrate ottenendo un benefico cambiamento della nostra reattività naturale”.

Contributo spese per la serata € 16,00

Per info e iscrizioni 351.5828819

www.ondavitale.it



info@ondavitale.it

Conoscere per essere liberi di scegliere