



YOGA CORPORATE

Corso per manager in 5 settimane

Durata: 1 ora.

Si lavorerà su sequenze e posizioni che equilibrano il funzionamento degli emisferi cerebrali, che rafforzano il sistema nervoso e che danno lucidità mentale, producendo un equilibrio sotto il profilo energetico.

Attraverso tecniche meditative si lavorerà, per esempio, sui modelli comportamentali e si analizzeranno i modelli relazionali in situazioni specifiche.

YogaCorporate
Via Lungolori, 4 - I- 37127 VERONA
Tel: +39.045.917269
www.yogacorporate.it contatti@yogacorporate.it