

# Taller Aprende a Relajarte con Masaje Facial en Vipassana

**Envia un email al anunciante:** user-114616@AnuncioTIC.com

**Messenger:** Contacto :

**Fecha:** Viernes, 17 Enero de 2014

397 personas han visto este anuncio

**Precio:** 0

En este taller aprenderás de forma fácil y sencilla técnicas para conseguir una mayor relajación y bienestar en nuestra vida cotidiana. Aprenderemos a usar la respiración y el control de ella para poder conseguir un mayor estado de bienestar. Usaremos técnicas de visualización y control mental para conseguir relajar nuestro cuerpo y aquietar nuestra mente. Trabajaremos con técnicas de masaje facial para relajar nuestros músculos y poder generar , mediante maniobras básicas y sencillas un tratamiento antiestrés que nos sirva para poder disminuir nuestro estado de tensión y flexibilizar nuestros músculos faciales y relajar el cuello, facilitando un mayor grado de bienestar en todo tú organismo. Dirigido a personas interesadas en obtener un mayor estado de bienestar en su día a día y que quieran disfrutar de unas horas relajantes y divertidas, aprendiendo así un tratamiento sencillo y muy efectivo. LA CARA Y SUS ZONAS. CÓMO CONSEGUIR UNA RELAJACIÓN FACIAL CON MASAJE: INTENSIDAD, VELOCIDAD Y PRESIÓN MANIPULACIONES EN LAS DIFERENTES ZONAS DE LA CARA. Kinesis Fricción Sedación Pases neurosedantes RELAJACIÓN FACIAL CON OTRAS HERRAMIENTAS Técnicas de Gimnasia Facial Ejercicios de liberación de estrés Aromaterapia relajante Puntos de Liberación de Tensión emocional. Estiramientos cuello y movimientos cuello El asistente debe venir con ropa cómoda y con la cara desmaquillada y limpia. PROFESORADO: El Claustro de Profesores, está formado por un elenco de Licenciados, Diplomados y Profesionales, altamente cualificados en sus distintas especialidades y con una dilatada experiencia en el ámbito docente. DURACIÓN: 5 horas teórico - prácticas HORARIO: Viernes mañana de 9h a 14h Viernes tarde de 16h a 21h [www.vipassana.es](http://www.vipassana.es) 934592766



[www.AnuncioTIC.com](http://www.AnuncioTIC.com)