



Associazione Svizzera Shiatsu metodo Namikoshi

Via Temporive 24 – 6517 Arbedo

Tel. 091 829 34 12 – www.namikoshi.ch

L'ASSOCIAZIONE SVIZZERA SHIATSU NAMIKOSHI
ORGANIZZA UN CORSO SERALE DI

'SHIATSU DA SEDUTO' APERTO A TUTTI

NON SONO RICHIESTE CONOSCENZE PARTICOLARI

EFFICACE PER ALLENTARE LE TENSIONI QUOTIDIANE
E DARE SOLLIEVO A FAMIGLIARI, AMICI O A SE STESSI.



LO SHIATSU DA SEDUTO, PRATICABILE OVUNQUE,
È INDICATO PER :

RIGIDITÀ E DOLORI DI COLLO, SPALLE E BRACCIA
ALLEVIARE MAL DI TESTA,
RILASSARE CORPO E MENTE

DATE: Autunno 2011 (da stabilire in base ai partecipanti)

ORARI: Dalle 20.00 Alle 22.00

LUOGO: c/o Gimnasium Fitness, Castione

COSTO: Frs. 240.—

INFORMAZIONI e PRE-ISCRIZIONI: roberta.lava@namikoshi.ch