

ABSR-kurssi

Toiminnallisuuteen perustuvaa stressinhallintaa

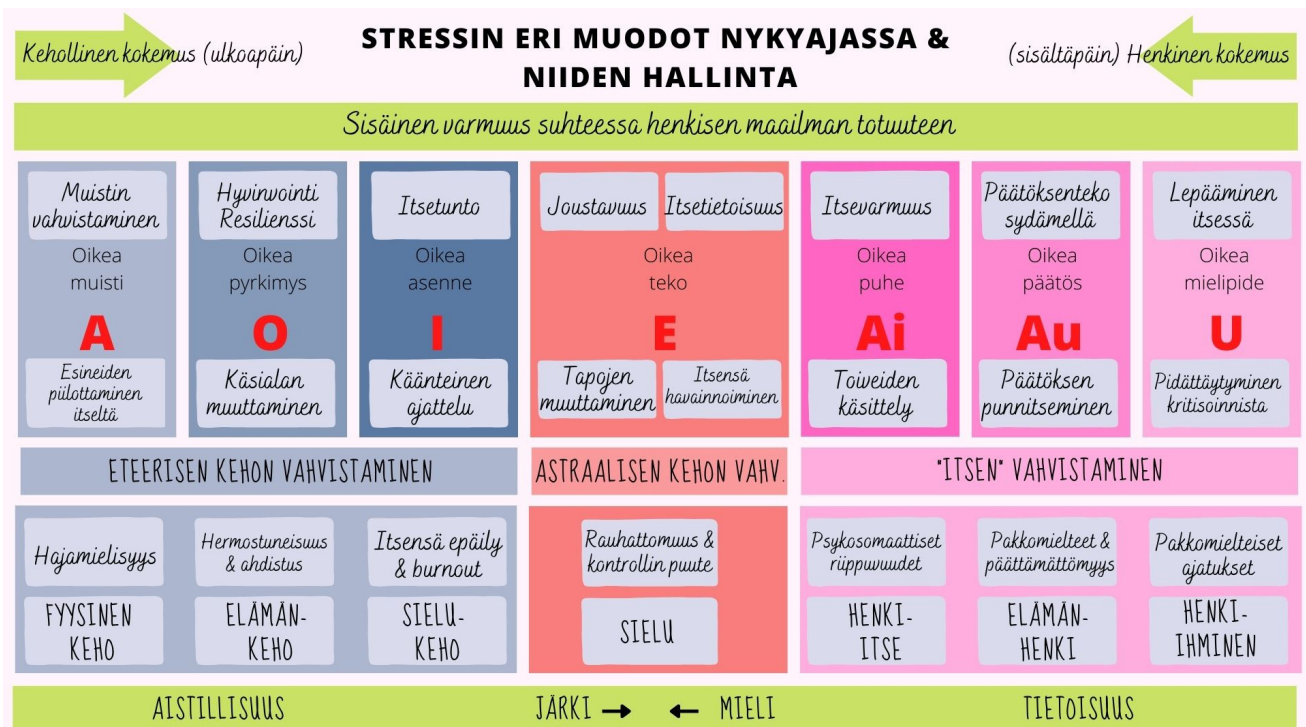
Kurssi starttaa sunnuntaina 12.2.2023 klo 10:15-11:45
Paikka: Asukastila, Kruunuparkki 5, Koirasaarentie 48,
Laajasalo.

ABSR (Activity-Based Stress Release) stressinhallintaohjelma on kahdeksan viikon kurssi, joka yhdistää eurytmiaharjoituksia Buddhan kahdeksankertaiseen polkuun, josta Rudolf Steiner on kehittänyt arkiharjoituksensa.

Kurssin tapaamiskerrat:
12.2., 19.2., 26.2., 5.3., 12.3., 19.3., 26.3. ja 2.4.

Hinta: 400 euroa jakautuu kaikkien osanottajien kesken eli jos kurssilla on esim. 4 ihmistä, kurssihinta on yhdeltä ihmiseltä tällöin 100 euroa.

Ilmoittautuminen: jonnakankkonen@gmail.com
puh. 0400715449



Eurythmy Channel Helsinki &
Vapaan Eurytmiaiteiden yhdistys ry

