

Neem uw gezondheid in eigen handen!



In één dag leert u zes eenvoudige technieken om, met 10 min. per dag, de lichamelijke en mentale veerkracht van uzelf en anderen een leven lang te ondersteunen.

Brein in balans

Breng uw linker- en rechterhersenhelft met elkaar in verbinding en stimuleer daarmee uw geheugen, focus, slaap en coördinatie.

Immuunsysteem

Bescherm uw lichaam tegen virussen en ziekmakende bacteriën, en kalmeer allergische reacties.

Lichaamsbalans

Verbeter uw coördinatie, balans en houding, en verlicht pijn.

Ontspanning

Ervaar elke dag minder stress en versterk uw mentale veerkracht.

Hydratie

Herstel de vochtbalans van uw lichaam op celniveau.

Snelle hulp

Stimuleer het zelfhelend vermogen van uw lichaam en richt het op het gebied van letsels / ongemak.

Datum: ZATERDAG 13 april 2019
Tijd: 09:30 - 17:00 uur
Locatie: Muziekschuur Bloemendaal
Donkerelaan 55
2061JK Bloemendaal
Opgave: Christine Wagner, 0655577790, tinew@xs4all.nl
Investing: ~~160€~~ €125,- (inclusief reader en certificaat)

Christine Wagner
BodyTalk
Access Trainer

