

Continuum
Continuum

luonnollinen liike
luonnollinen liike

' H e n g i t t ä v ä k e h o '

Kurssi 4. – 6. huhtikuuta 2008 Aurassa

Pe klo 18 - 20.30, la 10 - 18 ja su 10 - 15

Kivisuontie 114 Aura, 24 km Turusta, 9-tien varrella

Yhdistämällä kokemuksellisen hengityksen liikkeeseen vapautamme kumpaakin

Historiamme on signeerattu hengitykseen. Kurssilla keskitymme hengitystekniikoiden sijaan kokemukselliseen **ulohengitykseen ja rauhoittumiseen**, jotka vapauttavat kudosta ja johdattavat meitä unohdettuun alkuperäiseen hengitykseen - olemassaolon tuntuun.

Tutustumme myös Continuum -Viidakkojumppaan. Se on vahvistavaa, luonnollisen aerobista työskentelyä ytimeistä käsin ääntä, hengitystä, aaltoliikettä, spiraalia ja painovoimaa hyväksikäyttäen.

Ilmoittautuminen 10. helmikuuta mennessä Tuula Niemelä p. 040-5441409
tai Oili Viskari oili.viskari@gmail.com Oilille 2.2.08 jälkeen myös puhelimitse 044-3554941

Hinta 236 e, (sis. alv). **Ennakkomaksu 80 e** maksetaan **15. helmikuuta** mennessä tilille 'Continuum', Nordea **142635 - 45974** ja loppuosa kaksi viikkoa ennen kurssin alkua.

Kurssille mahtuu 10 osallistujaa.

Opettajana toimii Tuula Niemelä, joka on yksi viidestä Euroopassa toimivasta valtuutetusta Continuum Movement -opettajasta. Hän on tutustunut Continuumiin Kaliforniassa v. 1987 ja opiskelee siellä jatkuvasti. Vuodesta 1994 alkaen Tuula on opettanut itsenäisesti eri puolilla Suomea ja kansainvälisesti.

Tiedustelut : Tuula Niemelä

Continuum Movement -opettaja

Traumaterapeutti

Y-tunnus: 1345522-3

puh. 040 544 1409 tuula.niemela@continuumfinland.net

www.continuumfinland.net - www.continuummovement.com - www.continuummontage.com

TERVETULOA