



*Associazione
Culturale
Medialuz*

Corso

Tecniche autogestite per l'evoluzione personale: Autoipnosi, Training autogeno e Focusing

Ottimizzare la performance, risolvere i conflitti interiori, cambiare le abitudini, gestire gli stati d'ansia sono situazioni di vita quotidiana che spesso dobbiamo affrontare e non sempre richiedono necessariamente l'intervento di un supporto specialistico esterno.

Con le tecniche apprese durante i due giorni del corso sarete autonomamente in grado di attivare potenti risorse mentali che vi permetteranno di vivere al meglio la vostra vita.

Roma, 12 e 13 novembre 2011

Padova, 26 e 27 novembre 2011

Trainer : Adriano Bilardi

Per informazioni e iscrizioni:

medialuz@fastwebnet.it

cell.: **335-5396141**