

OCT-NOV

31-3



PERCORSI DI **AUTOCONOSCENZA E MEDITAZIONE PER RAGAZZI**

La scarsa **capacità d'attenzione** e la mancanza di abitudine a **concentrare la mente** causano spesso nei giovani **disagio nell'apprendimento** e **fallimento nel profitto**.
Tuttavia la capacità di concentrarsi può essere educata attraverso adeguate tecniche ed esercizi.

*Vuoi accedere ad una condizione stabile di **CALMA E RILASSAMENTO** che **RIDUCA LO STRESS** e **FAVORISCA LA CONCENTRAZIONE**?*

Il **corso di Meditazione per ragazzi** aiuta a:

- **RILASSARSI**
- migliorare la capacità d'**ATTENZIONE** e **APPRENDIMENTO**
- gestire l'**ANSIA**
- potenziare **INTUIZIONE** e **CREATIVITA'**
- vivere una condizione di maggiore **ARMONIA** e **PACE INTERIORE**

WWW.VITARMONICA.IT - WWW.MPA-NET.IT