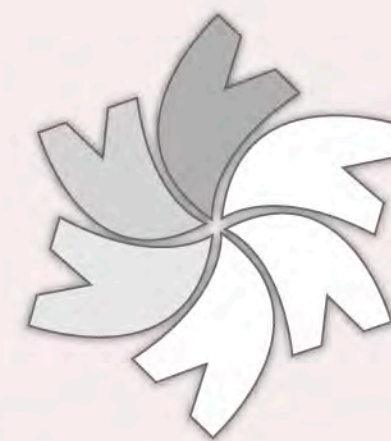


# Re-descubre tu centro y aligera tu movimiento

Recupera tu energía y tu vitalidad

INICIA  
**20**  
octubre  
EN LÍNEA



FELDENKRAIS® MÉXICO

Al mejorar la organización de la pelvis podrás experimentar en ti mismo una mejor calidad en el enderezamiento y uso de tu columna y una mejor posición de la cabeza en el espacio afinando el uso de los ojos. El mejorar la organización central tiene una repercusión en la estabilidad y el equilibrio para optimizar el gasto de nuestra energía, mantener nuestra vitalidad y alcanzar nuevos niveles de actividad física y mental. La mejoría en la organización central tiene una influencia en la actividad de las partes distales; manos y pies

## Instructoras

**Marilupe Campero**

Entrenadora certificada internacionalmente.

**Luvina Aparicio**

Maestra certificada

**Ángeles Nogales**

Maestra certificada

## Beneficios

- »Tener mejor postura y comodidad al estar sentada y de pie
- »Aumentar y mejorar la flexibilidad, coordinación, y habilidades.
- »Aumentar el bienestar físico y emocional.
- »Recuperar el enderezamiento de la columna y posición de tu cuello y cabeza.
- »Aumentar tu rendimiento físico y mental.
- »Optimizar el uso de tu energía.
- »Recuperar el sentido joven del movimiento.
- »Prevenir envejecimiento prematuro.
- »Mejorar la calidad de vida.



## Inversión

8 clases

opciones de pago

- Pago por 8 clases: \$750

**FECHAS** Martes y jueves

Octubre 20, 22, 27, 29.

Noviembre 3, 5, 10 y 12.

**Horarios:** 10.00 a 11.00am  
o 7:00pm a 8:00pm

[www.feldenkraismexico.com](http://www.feldenkraismexico.com) [www.feldenkraismexico.org](http://www.feldenkraismexico.org) [www.feldenkrais-method.org](http://www.feldenkrais-method.org)

Dirigido a profesionales interesados en el movimiento y aprendizaje; fisioterapeutas, psicoterapeutas, maestros de Yoga, educación física, terapeutas corporales, psicólogos, médicos, enfermeras, maestros, atletas, bailarines, actores escénicos, músicos, maestros de educación especial.

Público en general interesadas en el tema.

Informes e inscripciones: [Info@feldenkraismexico.com](mailto:Info@feldenkraismexico.com)

 **312-134-39 47 | 312-107-2838**

