

Estimad@ soci@,

Siguiendo con la formación continuada, te ofrecemos información del próximo taller **GRATUITO** por cortesía de APTN_COFENAT y CONAMAD S.COOP.

TALLER DE SOTAI

Sotai: es manipulación o movimiento del cuerpo para restablecer y mantener un buen estado de salud.

Esta técnica combina la respiración con el movimiento.

Todos los ejercicios se realizan, en dirección contraria a la molestia.

Los movimientos son muy lentos, llevándolo hacia el límite de su movilidad con una ligera resistencia en oposición a dicho movimiento, este se detiene en el punto más lejano y agradable para el paciente, donde la tensión se mantiene durante unos tres segundos antes de relajar todo esfuerzo.

Para aplicar de forma eficiente el Sotai, debemos mirara el cuerpo en su totalidad. Las articulaciones respiran, si desarrollamos la sensibilidad de observar la respiración general, descubriremos cómo se mueven las articulaciones.

Fecha: sábado 02 de julio de 2016.

Horario: 10:00 a 14:00 horas.

Precio: **GRATUITO** soci@s APTN_COFENAT y alumnos del Gremio de Escuelas.

No soci@s: 25€

Requisitos:

.-Presentar carnet soci@, y/o DNI.

.-confirmación de reserva 4 días antes a la celebración de dicho taller.

Lugar: sala Cofenat-Madrid.

PLAZAS LIMITADAS POR RIGUROSO ORDEN DE INSCRIPCIÓN

Si estás interesad@, envíanos un email poniendo en el asunto tu nombre y apellidos, nº de socio y nº de comunicado a comunicacion@aptn-cofenat.es

¡Te esperamos!



Síguenos en:

