



Cursos programados para Abril/Mayo/Junio

ABRIL

Sábado 1

Máster Class “HIPOPRESIVOS”

Lugar: Deliness I Tres de Abril, 3

Hora: De 10:00h. A 12:00h.

Información: Clase de 2 horas para que puedas aprender y entender la técnica para realizarlos en tu casa como recuperación posparto o para completar tu entrenamiento habitual.

Primera parte de la clase será una charla con material audiovisual y la otra parte de la clase será práctica.

Aprenderás los ejercicios básicos y se entregara una tabla de ejercicios y las pautas para sacar el mayor provecho a los Hipopresivos.

Precio: 20 € **COMPLETO**

RESTO DEL MES SIN CURSOS POR SEMANA SANTA Y PUENTE DE MAYO

MAYO

Viernes 5

Máster Class “HIPOPRESIVOS”

Lugar: Deliness I Tres de Abril, 3

Hora: De 10:00h. A 12:00h.

Información: Clase de 2 horas para que puedas aprender y entender la técnica para realizarlos en tu casa como recuperación posparto o para completar tu entrenamiento habitual.

Primera parte de la clase será una charla con material audiovisual y la otra parte de la clase será práctica.

Aprenderás los ejercicios básicos y se entregara una tabla de ejercicios y las pautas para sacar el mayor provecho a los Hipopresivos.

Precio: 20 €

Viernes 12

Taller “MASAJE INFANTIL”

Lugar: Deliness I Tres de Abril, 3

Hora: De 18:30h. A 20:00h.

Información: Para padres con peques de 0 a 3 años.

Fomenta el vínculo con tu hijo y aprende técnicas para disminución de cólicos, regulación de sueño, regulación del sistema inmunológico, relajación y alivio del estrés, fortalece el sistema respiratorio y muchos más beneficios.

Precio: 20 €

Sábado 13

Taller “YOGA RELAJACIÓN PAPAS Y NIÑOS”

Lugar: Deliness I Tres de Abril, 3

Hora: De 11:00h. A 12:00h.

Información: Un Taller muy especial en el que compartiréis muchas emociones junto a vuestros hijos. En la primera parte se trabajaran posturas de yoga, en la cual participaran todos juntos y la segunda parte se realizara una relajación guiada en la que toda la familia aprenderá a relajarse. Peques desde 3 años.

Precio: 10 €

Sábado 20

Curso “REIKI NIVEL I”

Lugar: Deliness I Tres de Abril, 3

Hora: De 10:00h. A 19:00h.

Información: Los procesos de Reiki actúan sobre todos los planos del individuo, sin limitarse Al aspecto físico, se induce una armonización de todos los desequilibrios pasados y presentes, planteando a menudo problemas olvidados o rechazados.

Con el curso aprenderás las técnicas para poder auto tratarse y tratar a otras personas.

Precio: 85 €

Impartido por: S. ^a Cristina Soriano.

Sábado 20

Taller “ZUMBA + JUEGOS CON MAMA Y PAPA”

Lugar: Deliness I Tres de Abril, 3

Hora: De 11:00h. A 12:30h.

Información: Clase para compartir con los peques desde 3 años.

En la primera parte de la clase bailaremos divertidas y fáciles coreografías de zumba.

En la segunda parte Jugaremos con la pelota a divertidos juegos de psicomotricidad.

Y para terminar aprenderemos a respirar y a relajarnos.

Precio: 10 €

Sábado 27

Curso “BIOENERGETICA” (COMPLETO)

Lugar: Deliness I Tres de Abril, 3

Hora: De 10:00h. A 18:00h.

Información: La Bioenergía es un sistema terapéutico, con el que se trata el cuerpo humano según la necesidad de éste; incluyendo el tratamiento: Bioquímico, Energético, Emocional y Físico.

1º Seminario- Introducción a la Kinesiología.-Introducción a la kinesiología Holística: Mudras, Test Musculares y Am- Réflex.

Impartido por el **Sr. D. Fernando Moreno González.**

JUNIO

Sábado 3

Máster Class “HIPOPRESIVOS”

Lugar: Deliness I Tres de Abril, 3

Hora: De 10:00h. A 12:00h.

Información: Clase de 2 horas para que puedas aprender y entender la técnica para realizarlos en tu casa como recuperación posparto o para completar tu entrenamiento habitual.

Primera parte de la clase será una charla con material audiovisual y la otra parte de la clase será práctica.

Aprenderás los ejercicios básicos y se entregara una tabla de ejercicios y las pautas para sacar el mayor provecho a los Hipopresivos.

Precio: 20 €

Sábado 10

Curso "REIKI NIVEL II"

Lugar: Deliness I Tres de Abril, 3

Hora: De 10:00h. A 18:00h.

Información: Los procesos de Reiki actúan sobre todos los planos del individuo, sin limitarse Al aspecto físico, se induce una armonización de todos los desequilibrios pasados y presentes, planteando a menudo problemas olvidados o rechazados.

Con el curso aprenderás a trabajar con símbolos y REIKI a distancia.

Precio: 130 €

Impartido por: S. ^a Cristina Soriano.

Sábado 10

Taller "PRE-PARTO EN PAREJA"

Lugar: Deliness I Tres de Abril, 3

Hora: De 10:00h. A 12:00h.

Información: Un taller para compartir y experimentar sensaciones con tu pareja.

La primera parte del taller consistirá en una clase de yoga y Pilates con tu pareja y la segunda parte, enseñaremos al papá a dar suaves masajes y caricias en diferentes posturas, para ayudar a relajar todo tu cuerpo. Terminaremos con una sesión de relajación y respiración en las que se os dará unas pautas para poder relajaros en el momento que lo necesitéis.

Precio: 15 €

Para más información 91 113 89 25, info@deliness.es "Reserva ya tu Plaza"