

# Desbloquear las tensiones de espalda

## Taller práctico.

Dr Javier Moreno de Alborán

Desbloquear las tensiones de espalda a través del método Feldenkrais. Mediante prácticas de atención plena, conoceremos los patrones posturales invisibles para así aliviar las tensiones desde su origen.

### Contenido:

Aprender ejercicios para mejorar la autopercepción aumentando la imagen corporal , podremos conocer las somatizaciones emocionales implicadas para así ayudar a disiparlas.

**Duración 3 horas**

**Viernes 24 Septiembre 2021 de 18 a 21h**

**Inscripción a través del formulario** <https://forms.gle/7FLW34cYK6Zk2EB16>  
**o del teléfono 618 012 995**

Lugar :

Centro Kalam Madrid  
Calle Fernando Poo 31  
Metro Legazpi

PRECIO:  
50€

PLAZAS  
LIMITADAS  
INSCRIPCIÓN  
PREVIA

Más información :

[www.javiermorenodealboran.com](http://www.javiermorenodealboran.com) - 618 012 995