



L'Associazione Centro Santa Maria Mater Domini
organizza

Corsi di Training Autogeno di gruppo

Il **Training Autogeno** è un metodo di **autodistensione** da concentrazione psichica passiva con il quale la persona, attraverso una serie di esercizi e l'allenamento, può apprendere come raggiungere uno stato di calma e rilassamento muscolare insieme ad altri benefici (recupero delle energie, maggiore concentrazione...)

Il corso prevede 7 incontri a cadenza settimanale, di circa 1 ora e mezza ciascuno, condotti da un operatore abilitato all'insegnamento del Training Autogeno. L'avvio del percorso avverrà al raggiungimento di 5 iscritti. Date e orario saranno concordate previo confronto con i partecipanti.



Il corso è organizzato (raggiunto un minimo di iscrizioni) presso le sedi:
Centro di Consulenza Familiare Terraferma - V. Querini 19/a - MESTRE
Centro S. Maria Mater Domini - S. Croce 2117 - VENEZIA
È richiesto un contributo spese.

Per info e iscrizioni:

ccft@consultorimaterdomini.it

tel e fax: 041 3969004

csmmd@consultorimaterdomini.it

tel e fax: 041 5240711

www.consultorimaterdomini.it

INCONTRO DI PRESENTAZIONE DEL PROSSIMO CORSO:
il **30 gennaio 2017 ALLE ORE 18 15**
presso il Centro di Consulenza Familiare Terraferma
(incontro di presentazione **GRATUITO** e non vincolante all'iscrizione)