



FOCUSING I

Sònia González



El focusing és una eina d'escolta corporal que ajuda a escoltar la saviesa interior, la veu interior, la teva veu pròpia més original i creativa.

En qualsevol situació, el teu cos t'està donant informació. Molts de nosaltres no sabem com accedir a aquesta informació perquè no té la mateixa lògica que la nostra ment cognitiva.

Dins nostre tenim més saviesa i coneixements del que en som conscients. El focusing ens ajuda a accedir-hi.

Curs vàlid per la formació oficial de focusing.

CURS FOCUSING I

Introducció teòrica i pràctica del focusing.

Coneixement dels passos i actituds

Identificació de la sensació sentida

Impartirà el curs: Sònia González,
Diplomada per l'Institut Español de Focusing

Dates: Del dissabte 19 de novembre a les 10h
al diumenge 20 de novembre a la 13h.

Preu: Curs 150€
Hostatgeria 40€ (de dissabte dinar fins diumenge esmorzar)
Si no dieu el contrari, la inscripció implica la reserva de l'hostatgeria
(habitacions compartides)
(Cal que aviseu per correu, quan hàgiu fet el pagament)

NOTA IMPORTANT

Si voleu ampliar la vostra estada a l'hostatgeria o quedar-vos a dinar el diumenge, cal que ho consulteu directament a l'hostatgeria:
hostatgeria@monestirsantbenetmontserrat.com