



FÖREDRAG

Stress och problem i rörelseapparaten –

hur man med hjälp av Rytmisk rörelseträning kan få kroppen att komma tillbaka i rätt läge

med Hjördis Ahlin Boström och Birgit Eriksson

Måndag 11 december kl. 18.30- 21 (med fikapaus)

Hjördis och Birgit berättar om hur de kom i kontakt med Rytmisk rörelseträning och vad det har gjort för dem i deras liv.

Du får lära dig vad primitiva spädbarnsreflexer är och hur de påverkar oss, både fysiskt och mentalt, om de inte integreras som de ska när vi är små.

Det är många idag som lever i en konstant stress, har värk, stelhet och inflammation i muskler och leder, helt i onödan.

Pris: 60 kr/person eller 2 för 100 kr

Plats: Centrum för Rytmisk rörelseträning, Gårdsvägen 2B, Solna station

Anmälan: hjordis.ahlin.bostrom@brmt.se eller 070-156 46 97



Rytmisk
rörelseträning
i Norden AB