

Taller en CASTELLANO:

## Aprendiendo de mí y de mis emociones II:

Cómo identificar y canalizar nuestras emociones a través de la Inteligencia Emocional y de Técnicas Psicocorporales de Río Abierto.

Por **Lola Hernández** y **Gabriela Cornejo**

Cuándo? **Viernes 31 de agosto de 2012**

¿Dónde? **Biodanza Zentrum.**

**Landwehrstr. 39, 2. Stock.**

**U/S – Bahn: Hauptbahnhof**

¿Y el horario? **18.15 a 20.30 h**

¿El precio? **25€**



### Programa:

-Trabajando conceptualmente con las emociones: ¿Qué son?  
¿Para qué sirven? ¿Qué podemos hacer con ellas?

-Relación entre mis emociones, la idea que tengo de mí mismo y cómo percibo el mundo. Qué es y cómo se forma una traba psicofísica; cómo liberar su contenido emocional y recuperar nuestra vitalidad.

**¡No olvides traer ropa cómoda!**

Inscribirse en:

Teléfono: **Lola 0160 91 804684 y Gaby 0177 36 28685**

Mail: **lolahernandez.coaching@gmail.com y  
gabricl@yahoo.com**

Plazo de inscripción: **Lunes 27 de agosto 2012**

**¡Aforo limitado!**

