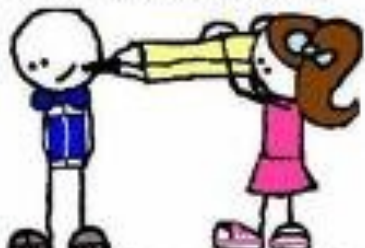


# ¿JUGAMOS Y MEDITAMOS JUNTOS?

Solo deseo que seas la persona mas feliz del mundo..\*\*



Día 10 de abril 2010

Sábado mañana de 10 a 2 en las Torres de Cotillas (Murcia)

Introducción a las **Meditaciones Activas** como eficaz herramienta para pasar de la hiperactividad a la calma, aprendiendo a disfrutar jugando de ese espacio interior tranquilo al que nos lleva la meditación.

## ¡¡ Especial para Niños y Adultos !!

Taller especialmente diseñado para que **adultos y niños** puedan aprender **juntos** a encontrar puntos de unión y complicidad partiendo de algo tan básico como es... **“JUGAR A SER FELIZ”**



**Y muchas cosas más... pues aprenderemos a:**

- Mejorar nuestra Higiene Postural (para evitar futuros problemas de espalda)
- Usar sencillas técnicas de Comunicación.
- Explorar los 5 sentidos.
- Disfrutar de la Danza Creativa Consciente.
- Desarrollar nuestra Expresión Corporal.



Una mañana única que permitirá crear nuevos vínculos de amistad entre padres, hijos, amigos y familiares

Será un Encuentro práctico y didáctico, basado en el juego y la experiencia

**Impartido por: Prem – Isabel Iñesta**

Instructora de Meditaciones Activas diplomada por Osho Siddharta Instituto de España.  
Formada en Expresión Corporal y Movimiento Consciente por el Ministerio Educación, Política Social y Deporte.  
Coordinadora General de BioPerson Instituto Superior Desarrollo Personal.  
Más de 20 años experiencia en el campo de la Salud Integral.

<http://bioexpresion.wordpress.com>



**Participación:** Adultos: 29 Euros. Niños y Adolescentes: 23 Euros  
**Equipo a traer:** Ropa cómoda, pañuelo, cuaderno y bolígrafo.

**Información y reservas:**



**Las Torres de Cotillas (Murcia)**  
C/ Andrés Segovia, 55 — Teléfono: 968 62 31 83  
E-mail: [ecosalud@latiendaverde.es](mailto:ecosalud@latiendaverde.es)  
[www.latiendaverde.es](http://www.latiendaverde.es)