



SlowDown

"En stund med dig själv, för dig själv"

Högt tempo, mycket att göra, stress och press...

Välkommen till en introduktion om hur rörelse påverkar din hjärnas och kropps mentala och fysiska resurser.

Kvällen guidas av Maria Nilsson som beskriver varför SlowDown är en viktig aktivitet för att skapa återhämtning, utveckling och välmående över tid.

Under kvällen kommer du praktiskt utföra SlowDown och därmed få de första verktygen till en fantastisk återhämtande och utvecklande aktivitet.

SlowDown kan även utföras som behandling likt en långsam massage där terapeuten också kvalitetssäkrar övriga beståndsdelar som behöver finnas med för att öka effekten.

Nu lanseras SlowDown i Falkenberg!

Från mars finns SlowDown hos Jonna på Massage&PT Falkenberg.

Du som är på plats under kvällen och bokar en SlowDown-behandling ges rabatt med 15 %.

När: 7/3, 18.30-20.00.

Plats: Falkenberg, Smidesvägen 9.

Kostnad: 100 kr. Swishas på plats.

Anmälan: maria@mojlighetsmolnet.se

Begränsat antal platser. Välkommen!

Läs mer här: myslowdown.com