

Calendario delle Lezioni di Meditazione e Mindfulness

26 settembre - MEDITAZIONE E MINDFULNESS

10 ottobre - PROTOCOLLI MINDFULNESS

24 ottobre - PROTOCOLLO MBSR

07 novembre - MEDITAZIONE E AUTOSTIMA

21 novembre - MEDITAZIONE E RELAZIONI

12 dicembre - MEDITAZIONE E SOFFERENZA EMOTIVA

19 dicembre - MEDITAZIONE E ALIMENTAZIONE

09 gennaio - MEDITAZIONE E DOLORE

23 gennaio - MEDITAZIONE E MOVIMENTO

06 febbraio - MEDITAZIONE E TRAPPOLE MENTALI

20 febbraio - MEDITAZIONE E BIOFEEDBACK

06 marzo - MEDITAZIONE E ONDE CEREBRALI

20 marzo - MEDITAZIONE E CUORE (HRV)

10 aprile - MEDITAZIONE E IPNOSI

24 aprile - MEDITAZIONE E P.N.L.

08 maggio - MEDITAZIONE E LEGGE DI ATTRAZIONE

22 maggio - MEDITAZIONE E COACHING

29 maggio - MEDITAZIONE E DISCIPLINE ANALOGICHE