

Bente Ravn

Uddannet Manuvision kropsterapeut og træner

MBSR mindfulness instruktør

Kursus og workshopleder

Jeg tilbyder på Himmelbjerggården:

Manuvision kropsterapi; en dybgående holistisk behandling. Berøring der forløser - forløsning der berører, kroppen, følelserne og i sindet. En befrielse der åbner til ro og ny klarhed.

www.manuvision.dk

Mindful Manuvision Movement. En kombination af dynamiske øvelser, kraft, blide dybe stræk og frihed i åndedrættet. Smidiggør, stimulerer, udrenser, styrker, balancerer og bevidstgør sammenhænge mellem krop, psyke, vaner og livsstil.

Udrensnings forløb over 3 uger, med faste kursus i 2 dage. Forår og efterår.

Se på Facebook: Kropsterapi og mindfulness ved Bente Ravn

