



Clase de mindfulness para reducir el estrés

basada en el MBSR

***Mindfulness
Palma**

**Sábado 11 de abril
Portixol**

**1 hora y media:
9,45 horas a 11,15 h.**

CONTACTAR:

Loli Carballal Buades

Tel:630258195 y Whatsapp

Correo:

mindfulness.palma@gmail.com

Lugar: Calle Cuba nº 4.

Natural Wish

Traer ropa cómoda,
botella de agua y esterilla.

NO ES NECESARIA EXPERIENCIA

16€

***Instructora: Loli Carballal**

Loli Carballal. Profesora acreditada en MBSR por el Global Mindfulness Collaborative y Nirakara Institut. Formada en mindfulness sensible al trauma y en alimentación consciente.