

# Hyvinvoinnin Lukkari

syksy 2024



Aloitus -aika	Ma	Tiistai	Ke	Torstai	Perjantai
klo 9-12				12:00-14:30 Juttu-tupakurssi, kohtaamispaikka afaattisille henkilöille	
klo 13-15					
klo 16-17				17:50-19:20 Stressinpoistoa TRE- menetelmällä A	17:30-20:45 Intialainen päähieronta
klo 18->		18:15-19:15 Äänimaljarentoutus A ----- 19:30-20:30 Äänimaljarentoutus B		18:45-20:00 Palaudu & rentoudu - restoratiivisen harjoittelun kurssi ----- 19:30-21:00 Stressinpoistoa TRE- menetelmällä B	

Lue lisää ja ilmoittaudu mukaan aurala.fi