



FOOTWORK (Trabajo en los Pies)

Una nueva aproximación al antiguo arte de tocar los pies para mejorar la salud y el bienestar

En este curso de cuatro días se aprenden las técnicas de Trabajo en los Pies del Método Grinberg con el objetivo de conseguir relajación, silencio y un mayor grado de vitalidad y bienestar, a través de practicar diferentes técnicas en los pies.

Se pueden usar estas herramientas simples para practicar con familiares y amigos consiguiendo resultados inmediatos. También se puede utilizar como una técnica complementaria a otra profesión (psicólogos, terapeutas, educadores, etc.). Algunos de estos resultados pueden ser la reducción del dolor y de las molestias, mejorar el sueño y la digestión, incrementar la capacidad respiratoria y un nivel más alto de energía.

Este curso se ofrece al público en general. Está destinado a toda persona que desee utilizar sus manos como medio de comunicación, para aprender y enseñar una mayor relajación, silencio, confianza y placer. Para participar no son necesarios ningún tipo de requisitos profesionales previos.

Contenido del curso

- Exceso y deficiencia de tensión en el cuerpo y su expresión en los pies
- Interpretar signos de desequilibrio en los pies
- Diferentes tipos de tacto: 15 maneras diferentes de comunicarse a través del tacto.
- Cómo dar instrucciones al cliente
- Enseñar y aprender tres lecciones básicas: respiración, relajación y silencio.
- Cómo estructurar una sesión de una hora

Duración del curso

dos fines de semana

Horario: de 10h a 14h y de 16h a 19h

A cargo de

Beatriz Fernández, profesora licenciada del Método Grinberg



EL MÉTODO GRINBERG_®

beatriz fernandez | xavi tur | Licensed teachers of The Grinberg Method

| oficinaxb@metodogrinberg-esp.com | www.metodogrinberg-esp.com | domènech 7-9 2º 2ª -08012 BCN- |