



TRE-ALOITUS- JA JATKOKURSSI

TRE-stressinpurkuliikkeet eli Trauma and Tension Releasing Exercises on yksinkertainen ja helppo itsehoitomenetelmä, jonka vaikutuksen ilmenevät nopeasti. Menetelmä käynnistää lihasten vapinana tai tärinäinä alkavan luonnollisen ja nopeasti vaikuttavan palautumismekanismiin. TRE auttaa selviämään stressiä, jännityksiä ja traumoja aiheuttaneista kokemuksista voimaannuttavalla tavalla.

AIKA JA PAIKKA

TRE-kurssit pidetään Lahdessa Huolen Mieltämön <https://www.mieltamo.fi> tiloissa sunnuntaina 14.1.2018 klo 12-14.30

Jatkokurssi pidetään samoissa tiloissa klo 15-16.30

Huolen Mieltäjä Kisällinkatu 5, 15170 Lahti

INVESTOINTI

TRE-aloituskurssin hinta on 85€ (sis. alv 10%) sisältäen koulutuksen, pientä välipalaa, ja luentomateriaalin.

TRE-jatkokurssin hinta on 65€ (sis. alv 10%).

Koulutuksen voit maksaa käteisellä, kortilla tai laskulla.

KOULUTTAJA

TRE® Certification Trainer, DI, Jyrki Rytilä

ILMOITTAUTUMISET JA TIEDUSTELUT

*Ilmoittautumiset sähköpostitse Atte Voutilaiselle atte@mieltamo.fi.
puh. 045 122 3365*



*Tiedustelut kurssin sisällöstä sähköpostitse tai puhelimitse: TRE-kouluttaja Jyrki Rytilä (jyrki.rytila@icloud.com)
puh. 040 558 6466*

http://www.trefinland.fi/?page_id=17171

Kurssit täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä (max. 16 henkilöä).

TERVETULOA!

TRE®, David Bercei © Copyright,
<http://www.treforall.org>