



DANZATERAPIA - Explora, Conéctate y Expresa a Través del Movimiento

Danzaterapia es una invitación a explorar emociones a través del movimiento, fortalecer el bienestar físico y emocional, y conectar contigo misma de manera integral.

BENEFICIOS

- Conectar cuerpo y mente.
- Liberar tensiones y gestionar el estrés.
- Aumentar la confianza y la autoestima.
- Explorar emociones a través del movimiento.
- Estimular la creatividad y la expresión personal


UN ESPACIO GRUPAL ENRIQUEDOR

En un ambiente seguro y acogedor, compartirás experiencias con otras mujeres, fortaleciendo la conexión y el sentido de comunidad.

¿PARA QUIÉN?

- Mujeres hispanohablantes de 30 años en adelante interesadas en su crecimiento personal y emocional.
- No es necesario tener experiencia en danza, solo ganas de moverse y descubrir nuevas formas de expresión.

¿TE INTERESA?

Escríbe  a mercedes@adagioamsterdam.nl o contacta con tu terapeuta para más información o para inscribirte

QUIÉN, CUÁNDO Y DONDE

DIA	Miércoles
HORA	9.30 - 11.00 horas
QUIÉN	Mercedes Espinosa Palomares <ul style="list-style-type: none">• Dans en bewegingstherapeut/ vaktherapeut
DONDE	Adagio <ul style="list-style-type: none">• Plantage Middenlaan 52-A, Amsterdam

PARA MÁS INFORMACION



020 - 7761042
info@adagioamsterdam.nl