



TALLER Yoga

4 Hrs

Instituto de Capacitación Empresarial de Chile, IDECH



DIRIGIDO A:

Mujeres, Hombres, Niños, Niñas, Embarazadas, Adulto, Adulto Mayor, Área de Salud, Área Cosmética, Jefas de Hogar, Microempresarios, Emprendedores y Público en General

ORIENTADO A:

Aprendizaje práctico sobre los aspectos del conocimiento y el autocontrol del cuerpo humano, como mejora de la calidad de vida ..

MÓDULO

Módulo 1: Respiración

Módulo 2: Asanas (Posturas elementales)

Módulo 3: Alimentación

Modulo 4: Autocontrol

Fechas, Horarios, Costos y Promociones
<http://www.idech.cl>

MATRICULAS E INCRIPCIONES

Nataniel Cox 47, Oficina 81, Metro Moneda
Consultas e Informaciones: info@idech.cl
Email: institutoidech@gmail.com
Fono: 22 569 07 98; 22 70404 75

INCLUYE:

- Manual
- Coffe Break
- Actividades Prácticas
- CD

DESCUENTOS:

- Alumno de IDECH : 5%
- Contado : 5%