

- LABORATORIO

Obiettivo Peso Forma

IN
PRESENZA

SOPHIE OTT



Laboratorio Obiettivo Peso Forma IN PRESENZA

Domenica 05 marzo 2023 dalle 10.00 alle 17.00 a Torino

Fondamenti dell'approccio

Se il mio corpo è in sovrappeso, c'è una parte di me che ne ha bisogno. Scegliere di combattere questa parte apre al rischio di una lotta perenne.

L'obiettivo è comprendere questa parte e fare in modo che essere in sovrappeso diventi inutile per il mio organismo.

Il laboratorio in presenza di una giornata permette di fare gli esercizi, condivisioni e movimenti dell'anima non possibili durante gli incontri brevi on line.

Faremo insieme passi per trasformare la situazione affinché il sovrappeso non sia più utile e che il corpo stesso decida di dimagrire per raggiungere e mantenere il proprio peso forma in modo naturale e spontaneo.

Luogo: TORINO

Indirizzo esatto ancora da definire, in funzione del numero di partecipanti iscritti entro il 23 febbraio 2023.

Orari

Accoglienza dei partecipanti dalle 9.30 alle 10.00
Laboratorio dalle 10.00 alle 13.00 circa
Pausa pranzo 13.00-14.30
Laboratorio dalle 14.30 alle 17.00

La relatrice

Sophie Ott, medico da più di venticinque anni, si occupa di salute globale integrando alla medicina convenzionale le medicine complementari e lo sviluppo del potenziale umano. Riguardo al sovrappeso, la via che propone è basata sulla conoscenza e sul rispetto di sé.

Il laboratorio è accessibile a chiunque abbia desiderio di raggiungere il proprio peso forma in modo rispettoso, lavorando sulle cause radici, senza dieta e privazioni. È utile come approfondimento per chi ha partecipato ai laboratori on line e ha letto il libro *Conquista per sempre il tuo peso forma*.

Costo dell'incontro: € 150 + IVA

Prezzo agevolato per chi si iscrive entro il 23 febbraio 2023: 130 € + IVA

Prenota il tuo posto versando una caparra di € 50 direttamente sul sito o via bonifico. Pagamento del saldo in contanti il giorno stesso del laboratorio.

Per maggiori informazioni scrivi a info@sophieott.it
o iscriviti direttamente sul sito www.sophieott.it