

CORSO DI GINNASTICA FACCIALE



BENESSERE & BELLEZZA DEL VISO

Un metodo semplice e naturale, ispirato allo studio accurato della Medicina Tradizionale Cinese, a molteplici tecniche orientali di massaggio del viso, e a pratiche consolidate di automassaggio *anti-aging*, che combina manipolazioni, digitopressioni ed esercizi mirati, volti a **rimpolpare e rassodare pelle, muscoli e tessuto connettivo**, e a favorire un incarnato più luminoso e compatto, valorizzando l'immagine di sé.

Un approccio profondo e avvolgente, finalizzato a **ridare tono a tutta la muscolatura del viso**, stimolando efficacemente il rinnovamento cellulare e l'ossigenazione dei tessuti, **agevolando in modo costante un processo di autorigenerazione naturale**.

L'obiettivo è **regalare benessere e bellezza al proprio volto**, armoniosamente e in accordo con la propria età, valorizzandosi e migliorandosi costantemente, **in maniera organicamente naturale**, secondo i principi del *well-ageing*.

Il Corso di Ginnastica Facciale è **aperto a tutti**, e si rivolge particolarmente a chi ha a cuore il benessere e l'armonia naturale del proprio viso. Il Corso è suddiviso in moduli da **4 lezioni** della durata di circa **45 minuti**. Ogni modulo è indipendente dagli altri e costa **80,00 €**.

Il Modulo dedicato al **Qi Gong per il Viso** si svolgerà:

- per 4 **martedì** dalle **18.00 alle 18.45** a partire dal **9 maggio** oppure in alternativa
- per 4 **giovedì** dalle **18.30 alle 19.15** a partire dall'**11 maggio**,

presso lo spazio di **Eni Polo Sociale**, in Via Unica Bolgiano, 2 - 20097 a San Donato Milanese, al primo piano.

L'insegnante **Mirta Mazzone** è Multi-Riflessologa Dien Chan Zone[®], Insegnante Senior di Riflessologia Facciale certificata A.I.R.F.I., Operatrice Olistica **specializzata in Tecniche Salutari di Medicina Tradizionale Cinese** e Riflessologa Plantare On Zon Su.

E' possibile chiedere **informazioni** all'insegnante MIRTA:

- tel. e whatsapp: 329 439 8302
- e-mail: riflessologiaeoltre@gmail.com
- web site: www.riflessologiaeoltre.com

Per poter partecipare al **corso di GINNASTICA FACCIALE** **è necessario prenotarsi entro venerdì 5 maggio** presso la **Segreteria di Eni Polo Sociale**:

email: polosociale@eni.com

tel. 02-520-42713/47108

cell. 324 5573090