

Con Martin Halsey e
ospiti Insegnati
dall'estero

*prossimi appuntamenti del
mercoledì*



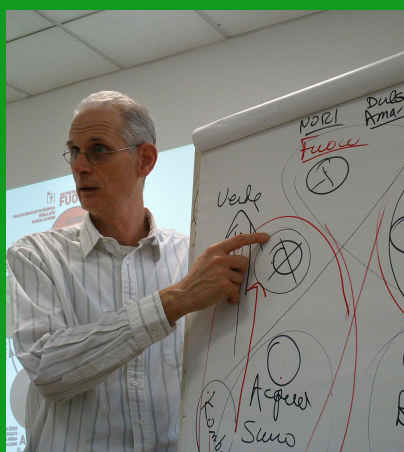
OTTOBRE

5- Meridiani a digitopressione: energia Terra con **Michael Rossoff**

12- Dieta d'autunno con e-book per essere in grande forma per l'inverno con **M.H.**

19- Soluzione Macrobiotica: acufeni e problemi d'udito con **M.H.**

26- Connessione corpo-mente: mente sana, anima serena con **M.H.**



NOVEMBRE

9- le 7 categorie di alimenti da controllare per rafforzare la salute con **M.H.**

16- nutrizione macro: equilibrio biochimico. Il rapporto ideale tra nutrimenti con **M.H.**

23- Soluzione macrobiotica: stitichezza yin e yang, soprattutto stitichezza cronica con **M.H.**



DICEMBRE

14- pratiche ed esercizi per chi ha tensione di spalle e una vita di stress con **Paul Lambeth.**

Tutto il pacchetto è acquistabile a 120€
comprende anche 3 lezioni aggiuntive di filosofia macrobiotica e pensiero di Ohsawa

i contenuti delle conferenze li trovi su:

<https://www.lasanagola.com/events/mese/>