

Fysioterapia

Löytöretki



Hengittävää hyvinvointia

Tiesitkö että

hengitys vaikuttaa esimerkiksi kehon nesteiden kiertoon, tuki- ja liikuntaelimistön vointiin, sydämen sykkeeseen, tunteiden säätelyyn ja vielä paljon paljon muuhunkin?

Tietoisien hengityksen avulla on saatu apua mm. kipuihin, jännitykseen, ahdistuneisuuteen ja univaikeuksiin. Hengitystyöskentely toimii myös arkisen stressin lievittäjänä.

Hengitystyöskentelyn lisäksi Fysioterapia Löytöretki tarjoaa kehoa ja mieltä huoltavaa fysioterapiaa sekä kehotietoista liikuntaa yksilöllisesti tai ryhmässä.

Halutessasi voit tulla myös rentoutumaan hemmotteluhierontaan, vyöhyketerapiaan tai energiahoitoon.

Kysy minulta lisää!

Pauliina Nurminen, puh. 040 865 7045

Kuusankoskenkatu 6 (2. krs), Kuusankoski

www.fysioterapialoytoretki.fi