

*Kärsitkö hartiakivuista, stressistä?*

*Hoida itseäsi, perhettäsi ja ystäviäsi*

**Horstmann hoitotekniikka -  
Avain oman itsesi ja läheistesi hyvinvointiin**

## **Horstmann Peruskurssi**

Peruskurssi sisältää turvallisia osia Lantion-, Hartian- ja Jalkojen vapautuksesta niin, että voit auttaa itseäsi sekä perhettäsi ja ystäviäsi Horstmann -tekniikan hyvin tehokkaalla hoidolla.

Kurssi esittelee Horstmann -tekniikan historiaa, teoriaa ja filosofiaa samalla kun se opettaa chakratasapainotuksen, Horstmann noston ja osia Lantion hoidosta, Hartian hoidosta ja Jalkojen hoidosta.

Peruskurssin hinta 310 e

**Seuraava peruskurssi / Itsehoitokurssi**

**Oulu la-su 30.-31.3.2019**

Ilmoittautumiset/tiedustelut 15.3..2019 mennessä opettajalle.  
Oikeudet muutoksiin pidätetään.

**Horstmann opettaja:**

Annika Rahkonen  
puh. **044-306 6371**  
[www.rahkoneninfo.fi](http://www.rahkoneninfo.fi)