
KOKOKEHON UUTISKIRJE



Kesän ja alkusyksyn uutiset, tapahtumat ja alkavat ryhmät:

Kokokehon palveluvalikoima laajenee!

Tarjoamme psykofyysisen fysioterapian, tanssi-liiketerapian ja suljettujen ryhmien lisäksi joogan viikkotunteja syyskuusta lähtien, mahdollistaen näin myös oma-aloitteisen kehonhuollon ja kehotietoisuusharjoittelun. Tule tutustumaan valikoimaan avoimessa joogapäivässä 21.8. Tarjolla on tulevien viikkotuntien lisäksi kolme lyhyttä infoa luennon muodossa joogaryhmistämme: äitiys- ja raskausajan jooga, traumasensitiivinen jooga ja jännittäjien jooga.

Viikkotunnit syyskuusta lähtien:

Kokokehon tasapainottava jooga, vahvistava jooga, palauttava jooga ja syvärentouttava jooga.

Avoimessa joogapäivässä 21.8:

Sinulla on mahdollisuus päästä testaamaan tunteja veloitusetta. Tunneille on myös etämahdollisuus. Päivästä on tulossa tarkempaa infoa meidän nettisivuille, instagramiin ja tapahtuma facebookiin, joista näet tarkemmat aikataulut ja ohjeet osallistumiseen. Pysy siis kuulolla ja laita päivämäärä talteen!

Kokokeholla on aloittanut uusi psykofyysinen fysioterapeutti Kaisa Pernu. Hän on erikoistunut lisäksi äitiysfysioterapiaan ja iloksemme voimme nykyään tarjota palveluita myös äideille ja odottaville äideille.

Alkavat ryhmät:

- Traumasensitiivinen jooga 8x tiistai-iltaisin 17.8 alkaen, ohjaajana Emma
- Auttajien kehoyhteys-ryhmä etänä maanantai päivisin 30.8.2021 alkaen , ohjaajana Liisa
- Traumasensitiivinen jooga 8x torstai aamupäivisin 2.9 alkaen, ohjaajana Liisa
- Äitiysjooga 6x tiistai aamupäivisin 14.9 alkaen, ohjaajana Kaisa
- Jännittäjien jooga 8x torstai-iltaisin 14.10 alkaen, ohjaajana Tuuli
- Raskausajan jooga - työpaja 16.10 klo: 11-14, ohjaajana Kaisa

Lisätietoja:

www.kokokeho.fi

info@kokokeho.fi



Jooga

Tanssi-liiketerapia

Psykofyysinen fysioterapia

www.kokokeho.fi

Aurinkoista kesää!

Toivottelee Kokokeho,

Tuuli Jussila

Liisa Sonkamuotka

Emma Kursu

Katja Laukka

Kaisa Pernu

ps. Meidät löytää nykyään myös instagramista @kokokeho

