HYVINVOINTI-ILTA

Tunnelmallisessa illassa pääset rentoutumaan, sekä huoltamaan kehoa ja mieltä.

 

* Kenelle: ryhmille 4–20 hlö, työyhteisöille, kaveriporukoille ympäri vuoden
* Kesto: 2-3h tai sopimuksen mukaan
* Paikka: Kalliorannan lomapirtti, Soikkolammin kota (Kiuruvesi) tai muu sovittu kohde
* Sisältö: **Rakennetaan asiakasryhmän toiveiden mukaan. Ilta voi sisältää metsäkävelyä, aistiharjoitteita, venyttelyä, rentoutumista, meditaatiota, nuotiohetken, yrttijalkakylvyn, saunomista.**
* Iltapala: Kuuluu palveluun, esim: suolainen piirakka, yrttitee.
* Hinta: Kysy tarjous ryhmällesi!
* Tarjoukset, Ilmoittautumiset ja lisätiedot ohjaajilta:

luontojahyvinvointipalvelut@gmail.com

Mari Kukkonen, liikunnanohjaaja, terveysmetsäopas 0407603923

Auli Vaalama, liikunnanohjaaja 0407015251

* Yrityksellä on vastuuvakuutus. Suositellaan ottamaan henkilökohtainen tapaturmavakuutus.