



**JORNADAS  
TÉCNICAS**

**Fecha de realización:**

12 de mayo

**Matrícula:**

39€

**Horario:**

De 10:00 a 14:00 y de  
16:00 a 20:00 horas.

**Incluye:**

- Clases prácticas
- Seguros
- Diploma acreditativo

turismo, ocio y tiempo libre



*trabaja en  
lo que te gusta!*

## TALLER DE RISOTERAPIA

12 DE MAYO DE 2018

Mejora tu estado de ánimo y tu estado psicológico. Descubre este taller en el que nos vamos a reír mucho; porque cuando una persona ríe influye positivamente en su salud física, mental y emocional y en la de los que le rodean.

Disfruta del beneficio más destacado de la risoterapia: liberar el estrés que genera la rutina diaria.

Aprenderás a convertir lo negativo en positivo a través de las técnicas completamente prácticas que llevaremos a cabo.

**Duración**

El taller tiene una duración de 8 horas.

**Contenidos**

- La anatomía básica de la risa.
- La risa como una actitud frente a la vida.
- La risa como el principal antídoto reconocido contra una vida estresada, el dolor y la enfermedad.
- La risa potenciadora de nuestro sistema inmunológico.
- La risa, un privilegio del ser

humano que prolonga y mejora la calidad de nuestra vida.

- Tipos de risa y su significado.
- Reír con la ja; je; ji; jo; ju y los cinco elementos.
- Los diferentes bloqueos que nos impiden reír de forma franca.

**Lugar de realización**

Aulas Guheko León  
C/ Ramiro Valbuena, 5-24001  
León

Para formalizar la inscripción es necesario:

- Fotocopia del DNI
- Realizar el pago de la cuota de inscripción.

En caso de suspensión del curso el importe se devolverá en su totalidad.

En caso de baja del solicitante: Con 15 días de antelación al comienzo del curso: se devolverá el importe íntegro.



información e inscripciones

**Escuela de Tiempo Libre GUHEKO**

C/ Ramiro Valbuena, 5 - 24001 - León

Teléfono: 987 082 083

formacion@guheko.com -

www.guheko.com