

Attività di Jin Shin Jyutsu e Yoga 2026 con Sonia Meneghini e Agnese Livi

Muralto Applicazione su se stesso J S J con Sonia

Spiegazione applicazione JSJ su noi stessi. Partecipazione possibile senza conoscenze. Conferma della presenza gradita entro giovedì sera. Orario: 14.00 alle 17.00

Date stabilite: 14.2 / 28.3 / 18.4 / 23.5 / 13.06 / 12.09 / 10.10 / 14.11 / 12.12.2026

Prezzo: Fr. 45.00

Corsi con Sonia nello studio3spazi

Mercoledì alle 9.00 Yoga

mercoledì alle 10.30 Jin Shin Jyutsu auto aiuto

Online via Zoom lunedì dalle 19.30 alle 20.45 e mercoledì dalle 19.00 alle 20.15

Prezzo. Fr. 20.00 presenza possibile senza conoscenze specifiche.

Seminari a Chiasso, Studio3spazi con Sonia

7 e 8 febbraio libro auto-aiuto 1 Sperimentare e percepire i cambiamenti

Retreat con Sonia

dal 14 al 17 maggio Jin Shin Jyutsu & Yoga Respiro Ostello dei Cappuccini a Faido

Giugno / Luglio / Agosto con Sonia

JJS II mercoledì a Obino 9.30 / 10.45 Conferma gradita. Solo con tempo bello.

Giornata di Benessere a Roncaia sabato 11 luglio

Restorative Yoga con Tommaso, Jin Shin Jyutsu auto aiuto con Agnese da definire una terza tecnica rilassante

Seminari a Chiasso Studio3spazi con Agnese

7 marzo Seminario tema con "i tre metodi di correzione"

17 ottobre Seminario con tema "Sostenere la salute mentale"

Cure di 3 giorni JSJ intensa all'alpe Roncaia con Agnese Date su richiesta

Applicazioni personali per equilibrare corpo, anima e mente. Include 4 applicazioni JSJ individuali, due pernottamenti nella baita e vitto vegetariano. Prezzo Fr. 320.00

Porte aperte per la Luce della Pace martedì 22.12.26 dalle ore 15.30 alle ore 18.30



Agnese Livi

Tel. 079 – 615 75 14

info@jsj-ticino.ch

www.jsj-ticino.ch

Sonia Meneghini

Tel. 079 360 83 56

meneghini.bera@bluewin.ch