



2 0 1 0
Cursos i Tallers
primavera - estiu

Basant-nos en la idea de que només interioritzem o vivim com a propi allò que hem après fent, al Mas Franch us convidem a gaudir d'un seguit de tallers, cursos i activitats per descobrir una manera diferent de relacionar-nos amb el nostre entorn natural i social

16 maig

Taller de massatge emocional per a parelles.



Cote Framis és diplomat en Biologia Sanitària (UB) i massatgista amb més de quinze anys d'experiència. És especialista en diferents tècniques de relaxació (massatge californià, bioenergètic i massatges orientals com ara el massatge tradicional tailandès o el massatge hindú "Champi") i en psicomotricitat i massatge infantil. També és naturòpata especialista en teràpies amb argila i autor de "El poder curatiu de la arcilla" i col·laborador en "Masaje pediàtrico infantil".

El massatge emocional és una eina per ajudar a reconèixer algunes de les nostres dolències a través del treball corporal i de la lectura del llenguatge corporal de la nostra parella, a la vegada que augmentem la nostra sensibilitat. Descobrirem on s'amaguen les emocions, com activar-les i finalment, com calmar-les. Utilitzarem tècniques de massatge neurosedant, californià i bioenergètic.

Horari: 10:00h. a 14:00 h. i de 16:00h. a 19:00 h.

Preus: 70 € per persona, menjar inclòs (120 € per parella)

www.masfranch.org

Per a més informació contacta amb nosaltres

Telf. 972 44 43 45
Mòbil 626 831 714
masfranch@masfranch.org

Mas Franch és un centre autogestionat per un col·lectiu que té com a objectiu la transformació social i ecològica en la direcció del decreixement. Comptem amb:

- Casa del segle XIV amb 76 places
- Sales d'activitats
- Cobert construït amb criteris de bioconstrucció
- Horta d'agricultura natural
- Zona de bany natural
- Zona de jocs cooperatius enmig del bosc
- Viver per a la recuperació de fruiters autòctons.
- La cuina del Mas Franch intenta ser adaptable, i alhora responsable, utilitzant productes ecològics i locals.
- El mas es troba dins el Parc Natural de la Zona volcànica de la Garrotxa, amb possibilitat de fer molts itineraris d'interès natural i històric.



Com arribar

Bus

BCN: Bus a Pau Claris 117 (amb Consell de Cent) busos Teisa (www.teisa-bus.com)

GIRONA: estació d'autocars.

Baixar a la **parada de Sant Miquel de Pineda** i caminar un quilòmetre en direcció Olot.

Bici

Es pot arribar amb bici pel Carrilet des de Girona (3 horas). www.viesverdes.com o des de Olot (1 hora)

Cotxe

Ubicació: Carreterra C-63 al km 63
Des de C-17, C-37 (Túnels Bracons)
Des de l'AP7 (sortida 9)



www.masfranch.org

Veïnat de Sant Miquel de Pineda, 8
17174 Sant Feliu de Pallerols • La Garrotxa • Girona