

Cosa dicono le persone che hanno seguito i corsi **STRALE™**:

- "Il lavoro straordinario che riesce a fare la Prof.ssa Randi è quello di fare arrivare al nostro ego, dei messaggi, delle sensazioni, delle percezioni, che diventano nostre e ci permettono di migliorare il nostro modo di essere e conseguentemente anche il nostro stato fisico. Grazie"

47 anni, impiegato.

- "I risultati ottenuti con STRALE che ho eseguito per la prima volta quest'anno, sono ottimi in quanto mi hanno portato a imparare come scaricare quotidianamente la tensione muscolare ed inoltre mi sento molto più sciolta nei movimenti".

46 anni, farmacista.

- "Sensibile calo del dolore fisico dovuto a tensione e posture errate; agilità e scioltezza nei movimenti".

41 anni, ingegnere.

- "Ho avuto grande beneficio per la zona spalle, schiena e mal di testa."

39 anni, parrucchiera.

- "Periodicamente soffro di dolori facciali e mal di testa e pur non avendo scelto questo corso specificatamente per questi problemi, nel corso di questi mesi gli episodi sono stati meno frequenti ed ho trovato benefici a ripetere gli esercizi svolti in palestra nei momenti di presenza del dolore"

41 anni, impiegata.

- "Netto miglioramento della cervicalgia e mal di testa. La riscoperta del benessere individuale, derivato dalla risposta del nostro corpo alle particolari attenzioni rivolte ad esso, che non dovrebbero mai mancare nella vita di chiunque"

45 anni, impiegata.

- "I dolori alla schiena non sono più ricomparsi fin dall'inizio delle lezioni, noto inoltre una migliore mobilità articolare e un senso di benessere generale"

55 anni, insegnante.

- "Ho imparato a camminare con più sicurezza ed equilibrio. Aiuta la mia concentrazione. Durante la giornata correggo la posizione sbagliata quando prendo le cose, quando sono seduta. Riposo meglio"

casalinga.

- "Sensazioni di un vero benessere e una certa vitalità dopo ogni lezione"

63 anni, insegnante.

- "Rilassamento della colonna vertebrale, agilità delle articolazioni, digrignamento dei denti e mialgie facciali diminuite"

32 anni, impiegata.

- "Frequento da circa 4 anni il corso e le sensazioni pervenute sono di benessere e rilassatezza generali e il miglioramento dei vari disturbi perdura nel tempo"

50 anni, casalinga.

- "Sensazioni positive, rilassamento, migliore motorietà"

impiegata.

- "Maggior sensazione di benessere, miglioramento del tono muscolare"

39 anni, impiegata.

- “Ho avuto miglioramento per postura e dolori”
35 anni, parrucchiera.