

# Kuuntele kehosi ja mielesi viisautta.

MethodPutkisto - tie innostavaan liikuntaan.  
Enneagrammi - avain itsetuntemukseen.  
Koe näiden menetelmien vaikutus!

**Lauantaina 10.3. klo 12-18**

MethodPutkisto - Enneagrammi - päivä  
- ainutlaatuinen mahdollisuus oivaltaa uutta...

**Kouluttajina:**

MethodPutkisto-Pilates ohjaaja-kouluttaja  
**Sirpa Salmenoja** ja Enneagrammi-, parisuhde- ja  
työyhteisökouluttaja, työnohjaaja **Seija Taivainen**

**Kurssipaikka:**

Lohjan MP-Pilates Studio, Ratakatu 24  
(Aplicon talo). **Kurssin hinta** 150 euroa

**Ilmoittautumiset:**

[sirpa.salmenoja@methodputkistolohja.com](mailto:sirpa.salmenoja@methodputkistolohja.com)  
tai 0400-592796