



UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN A DISTANCIA

CERTIFICADO

El Sr. Rector Magnífico, considerando que

MARÍA PILAR RIVES SOLÁ

con NIF nº 46645426T

ha superado y aprovechado satisfactoriamente el curso

HACIA UNA VIDA MÁS TRANQUILA: TÉCNICAS DE RELAJACIÓN.

realizado en el Centro Asociado de Les Illes Balears

del 24 al 25 de noviembre de 2017, expide el presente Certificado

Madrid a 4 de diciembre de 2017

Este documento está firmado digitalmente (*).

M^a José Lorenzo Segovia

Vicerrectora de Formación Permanente y Extensión Universitaria
(P.D. Resolución de 5 de junio de 2017, BOE de 9 de junio)

Nº de horas: **10** horas

Nº de registro: **7142**

Este certificado se otorga como propio de la UNED, según lo establecido en el artículo 34.1 de la Ley Orgánica 4/2007 de 12 de abril, que modifica la Ley Orgánica 6/2001, de 21 de diciembre, de Universidades.

(*)La autenticidad de este documento, así como su vigencia y validez, puede ser comprobada mediante el **Código de Verificación Seguro (CVS)** del margen derecho en: <https://extension.uned.es/certificados> o descargándolo directamente mediante el código QR.



Programa

viernes, 24 de noviembre

- 16:30-19:00 h. **Introducción al conocimiento de la técnicas de relajación. Primeros ejercicios** (Blanca Mas Hesse)
- 19:00-21:30 h. **La respiración relajante y la visualización** (Blanca Mas Hesse)

sábado, 25 de noviembre

- 09:30-12:00 h. **Técnicas de relajación muscular** (Blanca Mas Hesse)
- 12:00-14:30 h. **El entrenamiento autógeno** (Blanca Mas Hesse)

La UNED, por acuerdo de la Comisión Permanente del Consejo de Gobierno, del 5 de mayo de 2017, reconoce para este curso 0.5 créditos ECTS (*) y 1.0 crédito de libre configuración (**).

(*) **Créditos ECTS**: reconocibles como créditos por actividades universitarias culturales en los Grados de la UNED y en los de universidades y centros con convenio de mutuo reconocimiento.

(**) **Créditos de libre configuración**: Reconocibles como créditos de libre configuración en las Licenciaturas, Ingenierías y Diplomaturas de la UNED y en las de universidades y centros con convenio de mutuo reconocimiento

