Perpustakaan Sekolah Tinggi Ilmu Kepolisian (STIK) >> Buku

Terapi laut menyingkap rahasia penyembuhan alam semesta

Gus Japa

Deskripsi Lengkap: https://library.stik-ptik.ac.id/abstrakpdfdetail.jsp?id=7153&lokasi=lokal

---

Abstrak

Terapi laut merupakan aneka terapi yang bisa dinikmati secara bersamaan dengan memanfaatkan berbagai potensi alam laut, seperti: air laut, matahari, udara, pasir, suara alam dan lain sebagainya.
Selain biayanya murah, efek sampingnya juga sangat sedikit. Cara melakukan terapinyapun sangat sederhana misalnya, dengan berendam, berenang atau berjalan di sepanjang pantai dan sebagainya.
Jika ada terapi yang begitu sederhana, mengapa tidak memulainya dari sekarang. Luangkanlah waktu beberapa jam untuk menikmati aneka terapi ini. Ajaklah keluarga, sahabat dan teman - teman anda untuk ikut merasakannya. jadikanlah terapi alam semesta sebagai bagian dari rutinitas mingguan anda.