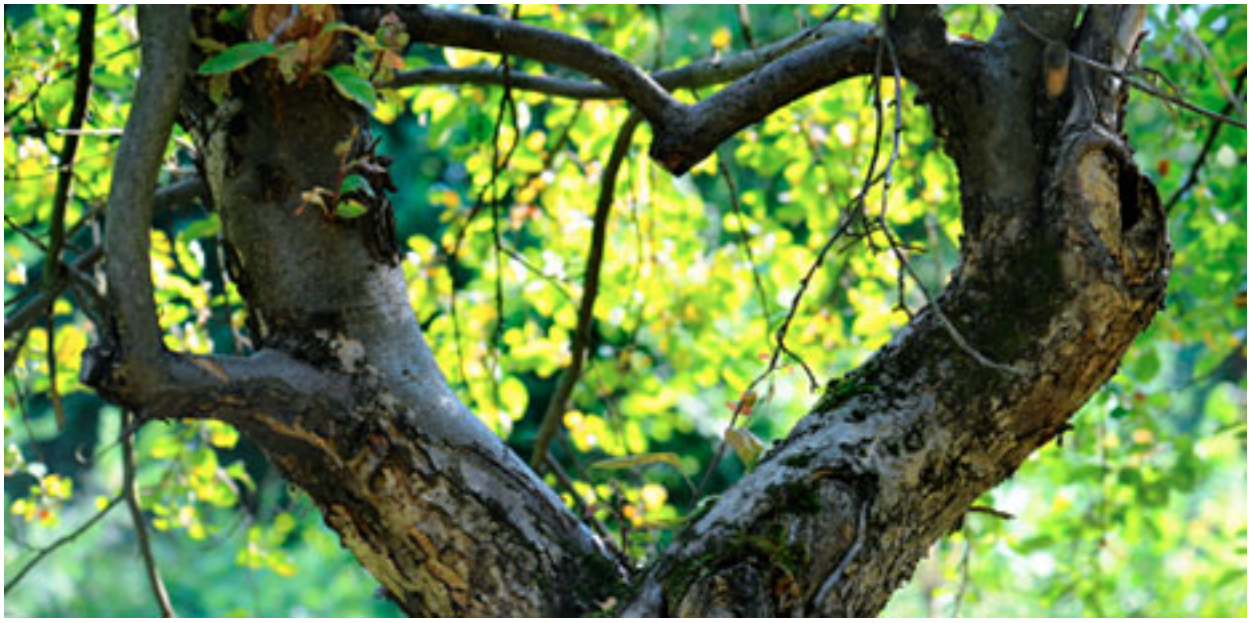
Intensivo di Esercizi Bioenergetici

Radicarsi per aprire il cuore

Sabato 12 Marzo 2016 dalle 9 alle 12



In questo intensivo vi proponiamo di lavorare insieme per radicarci nel presente del corpo qualunque esso sia, anche nelle occasioni in cui la sensazione o l'emozione percepite siano spiacevoli. Vorremmo avviare insieme un'esplorazione che ci accompagni a stare con il fluire delle sensazioni e delle emozioni di qualunque colore, aprendo così un varco verso l'esperienza del piacere che è legata ad una percezione più integrata di Sé e dell'Altro. Quando un'emozione è bloccata impedisce l'accesso ad una percezione profonda anche delle altre sfumature emotive, per cui per arrivare a sentire la gioia, che è apertura del cuore, abbiamo bisogno di radicarci in quello che c'è senza giudicarlo negativamente.

L'Intensivo sarà ad Albisola Superiore in una sede da definirsi in base al numero dei partecipanti.
Si consiglia un abbigliamento comodo, si lavorerà scalzi.
Il costo è di 40 euro.
Per partecipare è necessario iscriversi entro il 29 Febbraio, l'intensivo si svolgerà solo se verrà raggiunto un numero minimo di partecipanti. Per le persone che non hanno mai effettuato le Classi d'Esercizio è necessario un breve colloquio informativo gratuito.

Per informazioni e iscrizioni:
dr. Chiara Giudici 347 7716567 chiara_giudici@fastwebnet.it
dr. Piernicola Ninci 339 4422462 piernninci@gmail.com