

FELDENKRAIS

Due incontri GRATUITI per ritrovare la gioia e il piacere di muoversi con una maggiore funzionalità e una maggiore fluidità, eliminando dolori, tensioni e stress; e per riconquistare un benessere psicofisico.

SABATO 22 NOVEMBRE 2014 ORE 15.00 – 17.00

ALLA SCOPERTA DEL METODO FELDENKRAIS:

come imparare a ritrovare una maggiore scioltezza, fluidità e armonia nella vita di tutti i giorni, e un maggior benessere psicofisico; e come esso è utilissimo per alleviare dolori quali: mal di schiena, tensioni muscolari, dolori reumatici e artrosici.



SABATO 17 GENNAIO 2015 ORE 11.00-13.00

LIBERARE LE ANCHE E IL BACINO PER RISCOPRIRE IL PIACERE DI CAMMINARE IN MANIERA PIU' FLUIDA E FUNZIONALE

CONCLUDEREMO GLI INCONTRI CONDIVIDENDO UNA TISANA E QUALCOSA DI DOLCE

IL METODO:

Sviluppato dal dr. Moshe Feldenkrais, consiste in una ri-educazione del movimento che stimola e riorganizza il sistema nervoso centrale, apportando una maggiore consapevolezza e potenzialità del proprio corpo.

Può essere praticato da persone di qualsiasi età e in ogni condizione fisica.

CONDOTTI DA FIORELLA COSTANTINI - FISIOTERAPISTA E INSEGNANTE FELDENKRAIS

PER INFO E PRENOTAZIONI 347 91 25 367 E-MAIL fiorellacostantini@alice.it


StudioArmonia
Psicologia e Ben-Essere

ASSOCIAZIONE SOCIO-CULTURALE

STUDIO ARMONIA Psicologia e Ben-Essere
VIA BASILICATA, 4/A - APRILIA LT
TEL. 347 79 96 455 - 06 87 67 61 20

info@studioarmonia.net – www.studioarmonia.net
www.facebook.com-studioarmoniaaprilia