

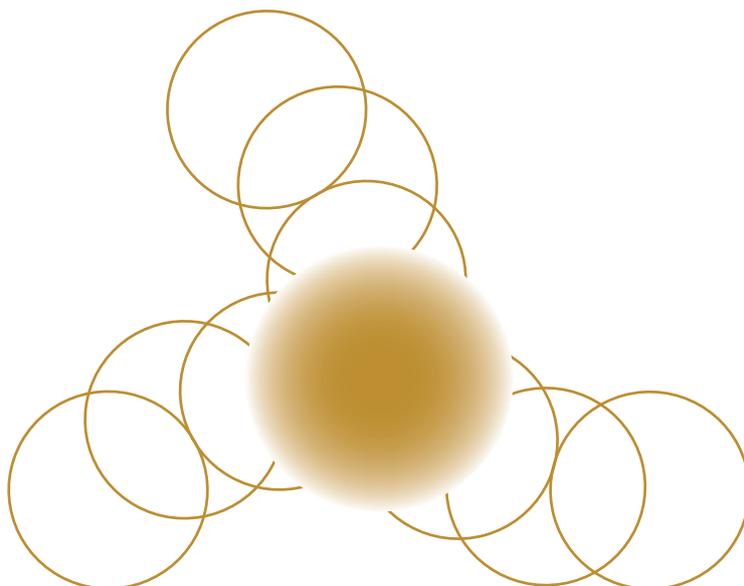
seminario*

PAVIMENTO PELVICO FLESSIBILITÀ POTENZA AZIONE

DOMENICA 11 FEBBRAIO '24
dalle 10.00 alle 16.30

Seminario condotto da **Marta Melucci**, movement educator
insegnante di Metodo Feldenkrais® e danzatrice

*Un migliore movimento è possibile solo attraverso l'aumento della sensibilità,
attraverso una maggiore capacità di percepire le differenze.*
Moshe Feldenkrais



Il Metodo Feldenkrais® è un sistema educativo basato sul movimento che interviene in maniera integrata sul sistema corpo-mente aumentando consapevolezza, organizzazione posturale e agilità.

È conosciuto in tutto il mondo come un metodo originale, non invasivo ed accurato, utile tanto a coloro che desiderano migliorare il benessere quotidiano quanto ai professionisti del movimento.

I caratteristici movimenti lenti e delicati, l'approccio globale e l'ascolto profondo, rendono il Feldenkrais® particolarmente adatto all'attivazione funzionale della zona pelvica, che sarà considerata nelle sue molteplici caratteristiche: sensibile e potente, strettamente connessa alla postura, alla respirazione e a funzioni fisiologiche essenziali.

Si farà esperienza di una migliore mobilità del centro per un agire sostenibile ed efficace.

*Seminario disponibile anche online su zoom. È prevista una pausa pranzo di un'ora.

info e iscrizioni: info@martamelucci.com
