



NAMIR

Via Bracciano, 26 – Selvazzano D. (Pd) – tel. 049-8056897
e-mail: istituto.namir@gmail.com sito www.istitutonamir.it

BIOENERGETICA - CLASSI DI ESERCIZI



otto incontri dal 6 febbraio al 27 marzo 2018
il martedì h. 21,00-23,00

Docente

dott.ssa MONICA D. INTRONA

Psicologa-Psicoterapeuta

ad orientamento corporeo (www.monicaintrona.it)

Le classi di esercizi di Bioenergetica aiutano:

- ad entrare in contatto con il proprio corpo emotivo sciogliendo blocchi fisici ed energetici;
- ad accrescere la consapevolezza di sé, sviluppare un equilibrio sano e dinamico tra mente, corpo ed emozioni per poter godere al meglio dei doni che la vita ci offre.

Grazie alla respirazione e agli esercizi di carica e scarica la Bioenergetica:

- permette di sottrarre il corpo e la psiche al torpore anaffettivo che ha consentito al soggetto di “credere di non soffrire” ma che lo ha invece portato a vivere nella sofferenza continua e cronicizzata, dando origine a malattie e disturbi psicologici;
- legittima l’espressione della propria emotività che, se ben canalizzata, consente un armonico fluire dell’energia psico-fisica, con conseguente stato di salute generale.

Costo € 48,00.

L’iniziativa è inserita nel programma “Corsi Culturali La Selva” organizzato dalla Città di Selvazzano Dentro.

Sede degli incontri: Centro Civico P.zza C. Leoni, 11 – Caselle di Selvazzano Dentro

Per info e iscrizioni: istituto.namir@gmail.com (scrivere un n. di telefono per essere contattati)