



Laboratorio di Movimento Terapia

CoreMotion^o life beat

Radici con Shunyata



Presentazione aperta e gratuita
mer 28 settembre 2016 ore 20.45

dal 5 ottobre al 14 dicembre

nella *CoreMotion* la danza, il movimento, l'espressione corporea ed emozionale, la musica, il ritmo, il suono e l'interrelazione di gruppo fungono da strumenti di riconnessione con le dimensioni dell'Essere. Lo scopo è quello di risvegliare lo Spirito Vitale, cioè l'istinto naturale, la libertà d'espressione individuale e l'intuizione del cuore

shunyatalivingthemystery.com
per info e adesioni tel. 366/4444212

Location Opificio dell'Arte
via De Agostini 7 (p.le funicolare)
tel. 015/30901



Laboratorio di Movimento Terapia

CoreMotion^o life beat



nella *CoreMotion* la danza, il movimento, l'espressione corporea ed emozionale, la musica, il ritmo, il suono e l'interrelazione di gruppo fungono da strumenti di riconnessione con le dimensioni dell'Essere. Lo scopo è quello di risvegliare lo Spirito Vitale, cioè l'istinto naturale, la libertà di espressione individuale e l'intuizione del cuore

i benefici

radicamento nelle sensazioni e nelle emozioni
aumento di spontaneità e libertà espressiva
aumento della gioia di vivere
maggior fiducia in sè stessi
maggior chiarezza, leggerezza e lucidità mentali
aumento della capacità di relazionarsi con presenza

cosa si fa

esplorazione del meccanismo corpo/mente
rilascio di tensioni fisiche, mentali ed emozionali
esplorazione dell'energia vitale
interrelazione e condivisione

il corso è aperto a tutti
indossare abiti comodi

per info e adesioni tel. 366/4444212

con **Shunyata**
Living the Mystery

