

CLASSI DI ESERCIZI BIOENERGETICI

Dal pensare al sentire

Per chi

Le classi di esercizi bioenergetici sono rivolte a tutti coloro che sono interessati a migliorare l'integrazione corpo-mente e ad accrescere la propria autoconsapevolezza e il proprio benessere.

Perché partecipare

Gli esercizi bioenergetici permettono ai partecipanti di attivare un processo energetico di trasformazione a tre livelli:

Livello fisico

miglioramento dei disturbi respiratori e del blocco del diaframma
riequilibrio dell'alterazione della pressione arteriosa e miglioramento dell'ossigenazione dei tessuti
potenziamento dei processi metabolici e circolatori dell'intero organismo
miglioramento della postura
miglioramento della percezione del piacere e della sessualità

Livello emotivo

prevenzione degli stati d'ansia tramite un maggior controllo dell'emotività
eliminazione dello stress
scioglimento caratteriale, maggiore spontaneità e vitalità
apertura emotiva e aumento delle sensazioni

Livello mentale

chiarificazione dei pensieri
incremento delle intuizioni profonde
maggiore concentrazione e rilassamento

La pratica Bioenergetica ha come obiettivo quello di aiutare la persona ad essere un tutt'uno con le proprie emozioni, sensazioni e pensieri.

Le classi di esercizi bioenergetici saranno condotte da:

IACOPO CURZI

psicologo clinico a orientamento bioenergetico specializzato in analisi funzionale

FILIPPO MONDINI

psicologo psicoterapeuta

Quando:

Primo incontro di prova gratuito: 18 ottobre dalle 18.30 alle 20.00

Il calendario:

25/10

8/11

22/11

5/12

19/12

16/1

30/1

6/2

20/2

5/3

Tutti gli incontri saranno dalle 18:30 alle 20.00

Dove

Casa La Gaida (Strada Carloni, 12. Pesaro)

Costi

30 euro a incontro

Informazioni e iscrizioni:

info@oikospesaro.it

333 7322892 Filippo Mondini

334 1677939 Iacopo Curzi