



IL CORPO CREATIVO

movimento

consapevolezza

GESTO ARMONICO

con Monica Zambon (20 aprile- 8 giugno)

Percorso di gruppo con elementi di Movimento
Autentico Ground Form.

(prima lezione di prova)

Il percorso di Gesto Armonico si propone di favorire un tempo ed uno spazio finalizzati al rilassamento psicofisico, inteso come condizione armonica tra corpo e mente. Il partecipante viene accompagnato in un percorso di ricerca corporea di un proprio spazio espressivo, facilitando l'attenzione all'ascolto profondo di Sé nel qui ed ora. L'obiettivo è quello di favorire il raggiungimento di una condizione di benessere personale, attraverso l'armonizzazione di corpo, mente, emozioni.

www.azionedanza.it

tel: 0464422655

segreteria@cdmovereto.it