



MARINA NEGRI
Fisioterapista e posturologa
Insegnante del Metodo Feldenkrais®
Facilitatrice e conduttrice di gruppi per
il trattamento neurofisiologico dello
stress e del PTSD con Somatic
Experiencing®
Assistent trainer e Supervisore nella
formazione italiana di Somatic
Experiencing®
Trauma-counselor somatorelazionale
(i.f.)



LAURA INZOLI
Terapista della riabilitazione
Insegnante del Metodo
Feldenkrais®
Master Feldenkrais® con
Paul Rubin e
Julie Casson
Studiante nella formazione
italiana 2012/di Somatic
Experiencing®
(dal 2012)

A.R.S.SUO.MO associazione per la ricerca e lo studio del suono
e del movimento- Via Frua 8 Milano
www.arssuomo.it

Metodo Feldenkrais®

Seminari Residenziali sul Lago D'Orta-
Località Ameno-28/30Marzo e 13/15Giugno



Viaggio nella forza di gravità da uno a cento

Secondo il metodo Feldenkrais il movimento ben organizzato è un movimento fluido e privo di attrito, totalmente reversibile.

E' la relazione tra la mente e il corpo che determina la possibilità per l'organismo di scegliere di muoversi, fermarsi o invertire la direzione senza alcun impegno energetico straordinario.

E' questa condizione che ci fa sentire liberi di scegliere come muoverci nel mondo.

In questi seminari l'obiettivo è esplorare le nostre capacità di relazione con la forza di gravità con una modalità fluida e reversibile.

A.R.S.SUO.MO associazione per la ricerca e lo studio del suono
e del movimento- Via Frua 8 Milano
www.arssuomo.it

Palazzo Solaroli ad Ameno, lago d'Orta
edificio dell'800 con il suo parco per godere della
natura,
del silenzio e riposare.
10 ore di lavoro Feldenkrais da venerdì alle h 21:00 a
domenica pomeriggio alle h 16:00.



Costo 225 euro a week end comprensivo di
quota associativa.
Alloggio in camera singola con bagno.
Pensione completa dalla cena di venerdì sera.
Massimo 16 partecipanti.
PER ISCRIZIONI:
349/6536535 OPPURE 347/0151011
laurainzoli@fastwebnet.it
marinanegri@fastwebnet.it



Il Metodo Feldenkrais migliora
la consapevolezza fisica e
mentale per accedere al
potenziale innato di ciascuno e
integrarne le funzioni.
Le sequenze di movimento
proposte sono facili, insolite e
alla portata di tutti.

A.R.S.SUO.MO associazione per la ricerca e lo studio del suono
e del movimento- Via Frua 8 Milano
www.arssuomo.it



Si lavora con abbigliamento comodo e caldo e un telo
tipo pareo da stendere sul tappetino.