

Marina Negri

Terapista della riabilitazione (1980)

Rieducazione posturale globale® -RPG- (1981)

Insegnante del Metodo Feldenkrais® (1988)

Trattamento neurofisiologico dei sintomi da stress post traumatico SomaticExperiencing®(2005)

Coconduttrice di gruppi di supporto per patologie oncologiche (2006)



Laura Inzoli

Terapista della riabilitazione (1987)

Insegnante del Metodo Feldenkrais® (2000)

Master Feldenkrais® con Paul Rubin e Julie Casson (2006)



Metodo Feldenkrais®

Seminari Residenziali Ameno - Lago d'Orta

14/16 Ottobre 2011

24/26 Febbraio 2012

1/3 Giugno 2012

La sostenibile leggerezza dell'essere

Sentirsi disegnati per la leggerezza.

Allineati e complici della forza di gravità.

Percepire la perfetta organizzazione del respiro nel movimento autoregolato.

Riconoscere la semplicità con cui il nostro sistema nervoso si relaziona con lo spazio.

Per incontrare la nostra natura radicata e dinamica è necessario creare le condizioni in cui la consapevolezza corporea ci porti la fiducia e la libertà di dirigerci verso ciò che ci fa bene.



Metodo Feldenkrais®

Il movimento come laboratorio per aprire, includere e trasformare ciò che il nostro organismo abitualmente e inconsapevolmente usa per chiuderci e sostenerci attraverso schemi primordiali.

Metodo Feldenkrais®

Basato sull'integrazione tra movimento, sensazione, sentimento e pensiero,

questo metodo educativo usa il movimento per migliorare le possibilità neuro-motorie della persona.

L'insieme delle relazioni tra scheletro, muscoli, sistema nervoso e ambiente e la conoscenza di essi creano nuovi spazi di consapevolezza e apprendimento.



Programma

Da venerdì alle h 21 a domenica fino alle h 16:30.

Dieci ore di insegnamento, riservando del tempo per godere della natura circostante e del silenzio, per passeggiare e riposare.



Dove

Località Ameno - Lago d'Orta

Palazzo Solaroli

antico edificio dell'800 restaurato negli anni '80, inserito in un parco sulle colline del lago d'Orta.



Alloggio

In camere singole con bagno.

La località si raggiunge in poco più di un'ora d'auto da Milano oppure in treno fino ad Orta.

Costo e modalità di Iscrizione

Il costo di un solo week-end è di **euro 225** di cui 100 per alloggio con pensione completa da venerdì sera a domenica a pranzo, e 5 euro di quota associativa ARSSUOMO.

- Numero massimo partecipanti 16 persone.
- Per iscrizioni: 347/0151011 oppure 349/6536535
mail laurainzoli@fastwebnet.it
marina.negri@fastwebnet.it