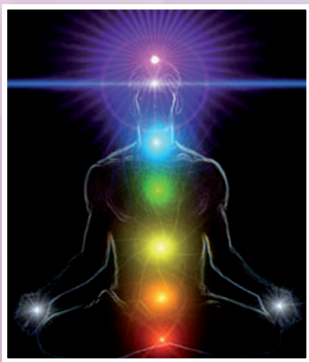


COME RIEQUILIBRARE E RIATTIVARE LA VITALITÀ

Seminario esperienziale

25 e 26 Settembre 2010 - Ponte Arche
presso la sala Consiliare del Municipio
sopra la Biblioteca - via G. Prati, 1



Obiettivi del seminario/workshop:

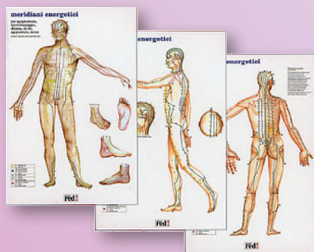
- Conoscere alcune metodiche integrate per la riattivazione del benessere psicofisico
- Capire come il corpo e la mente possono creare cambiamenti positivi legati alle nostre abitudini
- Capire, attivare una risposta positiva al miglioramento ed allo sviluppo personale

A chi è indirizzato:

A tutti coloro che vogliono apprendere ed integrare le loro conoscenze sul benessere individuale.

Relatori

- Gian Carlo Manzoni: Ingegnere e formatore, si occupa di sviluppo del potenziale, counseling e coaching in ambito privato e aziendale. È trainer Counselor e trainer di PNL
- Daniele Inglese: massofisioterapista presso l'ospedale civile di Arco. Si occupa di tecniche corporee e bioenergetiche legate al benessere psicofisico



Programma:

INTRODUZIONE AL SEMINARIO conferenza libera

Sabato 25/09/10: 20.45-22.30

L'energia del corpo: come riconoscerla e comprenderla.
I chakra come centri di attivazione energetica.
I meridiani e la circolazione energetica.
Energie Psiciche e talenti individuali.
Riequilibrare le energie nelle attività quotidiane.
Ridefinire i propri obiettivi verso futuri possibili.
Esperienze personali e percorsi individuali.

SEMINARIO ESPERIENZIALE partecipazione € 30,00

Domenica 26/09/10: 9.30 - 12.00

Esercitazioni pratiche per aprire e liberare i centri energetici.
Esercitazioni pratiche per aprire e liberare i meridiani corporei.
Riattivazioni energetiche.
Tecniche manuali di rilassamento.

Domenica 26/09/10: 13.30 - 16.00

Domande e movimenti di riattivazione corporea e mentale.
Dinamiche e movimenti trasformativi lungo la linea del tempo.
Immaginare e vivere bene il prossimo futuro.
Metafore e strumenti di comunicazione efficace.

INFO E ISCRIZIONI:

Cell. 338.5943231 - 347.9054465, dopo ore 14.30 - Iscrizioni anche durante la conferenza del venerdì