

**DOMENICA 8 DICEMBRE 2013**  
**Orario 11.00-14.00 / 15.00-18.00**  
**INTENSIVO TEORIA E PRATICA**  
**CLASSI DI ESERCIZI DI BIOENERGETICA**

Presso l'associazione Petali di Rosa

Via Pia Nalli n°22

*(Metro Laurentina + Atac 797 scendere fermata Amaldi/kral)*

Durante la giornata si punterà l'attenzione sull'anatomia del movimento Bioenergetico, sugli esercizi che rafforzano il pavimento pelvico e la colonna vertebrale, sentendo la connessione tra la testa e il tronco, per dare forza alle gambe e ai piedi, per sentire il radicamento nella realtà interiore ed esteriore, attraverso lo spontaneo respiro profondo senza ricorso al controllo volitivo.

*"La testa e il cervello sono i rami e le foglie, la cavità toracica e l'addome sono il tronco, mentre la pelvi e le gambe le radici dell'albero, riuniscono la vita con la terra"*

Alexander Lowen pag. 242 "Onorare Il Corpo"

Conduce la Dott. Maria Stallone Alborghetti  
Psicoterapeuta di formazione Junghiana  
Training autogeno, supervisore e local trainer Siab



**Per informazioni e prenotazioni:**

**tel. 338.543.8008 - [www.benergeticaonline.it](http://www.benergeticaonline.it)**

**Costo € 60,00**