

Il circolo Liber Arci di Barzanò, organizza il corso di:



MOVIMENTO CREATIVO

Con movimento creativo si intende proporre la possibilità di esplorare le molteplici e sorprendenti potenzialità espressive del corpo. Corpo come unità psico - somatica, dialogo incessante fra emozioni, vissuti, sensazioni, desideri e azioni.

L'esperienza si sviluppa in un contesto di gruppo libero da atteggiamenti giudicanti e interpretativi. In ogni incontro, la conduttrice utilizza diverse stimolazioni (musicali, sensoriali, immaginative), "suggerendo" differenti percorsi esplorativi attraverso il movimento.

Il gruppo, nella sua dimensione di spazio condiviso, può diventare sostegno, specchio e ulteriore stimolo di ricerca e attivazione del movimento. Il corpo così "liberato" può ritrovare piacere e leggerezza, sciogliere blocchi e tensioni che si annidano "nella testa", affinare la percezione corporea del benessere e dei propri bisogni, riconoscersi e ritrovarsi nell'altro nella condivisione e nel rispecchiamento empatico.

Il corso di 8 incontri di 90 min. ciascuno, prevede una frequenza continuativa. Si tratta di "far pratica" di un linguaggio, che, come quello corporeo, richiede curiosità, cura e costanza, perché sia assimilato e assaporato, nei suoi benefici.

Non è richiesta alcuna preparazione tecnica nella danza, abbigliamento comodo, calze antiscivolo.

E' previsto un incontro di presentazione (bisogna prenotarsi senza impegno al corso),

Venerdì 10 febbraio 2017 ore 18,30

Due corsi paralleli presso il Circolo Liber Arci Barzanò via Sirtori, 5:

Lunedì dalle 10.00 alle 11.30

Venerdì dalle 18.30 alle 20.00

Inizio venerdì 17 febbraio alle 18,30

È importante la puntualità. Costo complessivo sarà di € 120 per 8 incontri

Con Doris Vergani psicoterapeuta, danzaterapeuta conduttrice del corso.

Per frequentare i corsi e accedere agli spazi dei circoli, è necessaria la tessera ARCI 2017.

Per iscrizioni e informazioni: Liber Arci. www.liberarci.com

Via Sirtori, 32 - 23891 Barzanò, Lecco. Tel. 348.6489995 - corsi@liberarci.com