

LA BIOENERGETICA:

Una pratica al servizio del benessere
fisico e psicologico

Pura tecnica di rilassamento e di
consapevolezza



La Bioenergetica è una tecnica psico-corporea dolce ideata da Alexander Lowen e che deriva da antiche pratiche orientali composta da un insieme di esercizi fisici lenti, armoniosi e di rilassamento accompagnanti da precise tecniche di respirazione.

La Bioenergetica

- Rilassa il corpo
- Elimina le tensioni muscolari ed articolari
- Migliora la circolazione e la mobilità
- Calma la mente
- Migliora la percezione, la presenza mentale e la memoria
- Disintossica il corpo e nutre l'energia vitale

Per informazioni contatta il 335-6762878

Il corso annuale e' tenuto a Trevignano da Fosco Avincola