

MAL DI SCHIENA?
ARTROSI? **DORSO CURVO?**
PIEDI **TRAUMI?** **SCOLIOSI?**
PIATTI? **OSTEOPOROSI?**
TORCICOLLO? **DOLORE CRONICO?**
TUNNEL CARPALE?

MAR

26 SETTEMBRE
ORE 20.00

VIA PIAVE 7 ZONA STADIO
PER INFO – 3495833125



PRESENTAZIONE CORSO METODO FELDENKRAIS

CHE COS'È IL METODO FELDENKRAIS?

Il Metodo Feldenkrais è un modo per apprendere come muoversi più liberamente e più facilmente. Il metodo si rivolge a tutte quelle persone "perseguitate" dal dolore cronico ed acuto che compromettono quelle azioni quotidiane come portare la spesa, stare in piedi a lungo, stare seduti davanti al pc ecc..

È un genere di apprendimento attraverso e con il vostro corpo, apprendimento che conoscevate quando eravate bambini ma col quale avete perso il contatto diventando adulti.

Per mezzo di movimenti gentili e un'attenzione guidata, esso accresce la vostra auto-consapevolezza per riportarvi in contatto con voi stessi, con un movimento fluido e facile che è un vostro diritto in quanto essere umano.

ALLE ORE 19.30

**SARÀ OFFERTO UN APERICENA PRIMA DELLA PRESENTAZIONE
E PROVA PRATICA DEL METODO FELDENKRAIS**