

Evento formativo riconosciuto da AssoCounseling valido ai fini dell'aggiornamento permanente. Scheda sintetica:

Titolo dell'evento	Pratica Bioenergetica Antistress
Tipologia	Crescita personale
Ente erogante	SIBiG Scuola Italiana di BioGestalt
Monte ore totale	7,5
Modalità di erogazione	Presenza
Sede di svolgimento	Milano, Via Tiziano 11
Piattaforma FAD	
Date e orari di svolgimento	13-27 aprile 11-25 maggio 8 giugno dalle 19.30 alle 21
Costo	€ 120 IVA esente
Responsabile didattico	Riccardo Sciaky
Formatore	Patrizia Marforio, bioenergetic trainer, life & business coach e counselor somatorelazionale, TRAINER - SUPERVISOR counselor AssoCounseling (iscriz. A0971-2012).
Metodologia didattica	Esperienziale
Documentazione rilasciata	Attestato contenente le ore e il programma svolto con evidenziati i crediti assegnati e gli estremi del riconoscimento di AssoCounseling
Contatti	Email patrizia.marforio@gmail.com
	Tel. 347-7106878
	Web

<p>Programma</p>	<p>La pratica bioenergetica antistress ha l'obiettivo di migliorare il benessere fisico ed emotivo. Nelle posizioni di base si ritrova un respiro più libero, un gesto più spontaneo ed una consapevolezza corporea delle aree di tensione, delle emozioni e delle credenze limitanti. L'uso della voce che accompagna alcuni movimenti permette di lasciare andare progressivamente lo stress e di recuperare calma mentale, forza emotiva ed energia corporea.</p> <p>Ogni incontro si articola in tre fasi: centratura e carica in piedi, con la posizione del radicamento individuale o in diade, scarica con movimenti e voce, rilassamento a terra e condivisione dell'esperienza nel gruppo.</p> <p>Gli esercizi bioenergetici sono per tutti, non sono richiesti titoli o esperienze particolari. Inizialmente possono essere impegnativi: sono infatti frequenti stati di vibrazione e fatica prima di raggiungere il piacere e un rilassamento profondo; si sentiranno le tensioni, i blocchi fisici ed emotivi che limitano la piena espressione/realizzazione, ma anche l'energia e la consapevolezza per superarli.</p> <p>Si consiglia un abbigliamento comodo, un tappetino per il rilassamento e uno spazio adeguato per poter muoversi ed esprimersi liberamente. Il gruppo è continuativo ed è formato da 12 persone.</p>
<p>Varie</p>	<p>La partecipazione al corso, per i nuovi praticanti, è preceduta da un colloquio preliminare. Pagamento anticipato della quota. Le lezioni perse non potranno essere recuperate.</p>
<p>Crediti assegnati da AssoCounseling</p>	<p>1</p>

Disclaimer: i dati qui riportati sono stati comunicati dall'ente erogante sotto la propria responsabilità. L'ente si è impegnato a comunicare tempestivamente ogni variazione ai dati forniti, anche in ordine a eventuali errori e/o omissioni. Tutti gli eventi formativi riconosciuti da AssoCounseling sono presenti sul sito web istituzionale <https://www.assocounseling.it>