

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>