



AVVISO INIZIO CORSO

TECNICHE DI CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CORPOREA

L'obiettivo del corso è quello di promuovere una maggiore coscienza del proprio corpo e delle sue interazioni con gli altri livelli dell'essere affinché possa essere uno strumento più efficace per l'espressione della propria arte.

A tal scopo si avvale delle conoscenze e delle pratiche consolidate nei secoli dalla tradizione dello Yoga.

Il corso prevede 8 incontri di 2 ore ciascuno, tutti i venerdì dalle 18 alle 20 presso la sala Palestrina o Porrino, a partire dal 7 marzo 2025.

Per informazioni: inviare un messaggio al Prof. Antonio Luciani cell. 328 922 51 10.

A conclusione sarà rilasciata un'idoneità che corrisponderà ad 1 CFA.