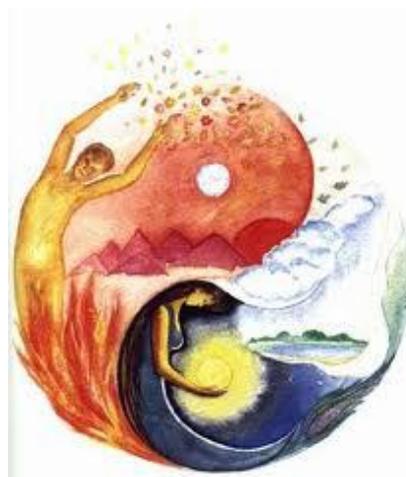


# “VIVERE IL CORPO CONSAPEVOL- MENTE”

Laboratorio di percezione, espressione  
ed ascolto corporeo per adulti

*“Ascoltati: respirare appieno la Vita è un messaggio d'Amore per il tuo Corpo”*

- ❖ 22 Novembre 2017: “Esplorare lo spazio: apertura e chiusura”
- ❖ 29 Novembre 2017: “Uscire dai propri limiti: Elasticità e Rigidità”
- ❖ 6 Dicembre 2017: “Togliersi la corazza: Leggerezza e Pesantezza”
- ❖ 13 Dicembre 2017: “Ascoltarsi: Ritmo e Melodia interiori”



Si tratta di **4 incontri di 2 ore ciascuno dalle 20.00 alle 22.00**  
presso lo Spazio Olistico “Il Macrocosmo”

condotti dalla Dott.ssa Jessica Alberti  
Psicologa

Iter formativo in Danzamovimentoterapia con Associazione Danzarima- Mantova

Costo: 100 euro per l'intero percorso incluso di tessera associativa

Richiesto abbigliamento comodo

ilMacrocosmo.it

IL MACROCOSMO APS - Piazza Madison, 3-4 - Mantova, (zona Borgo Chiesanuova)

Per Informazioni e Prenotazioni : Chiara 335 343289/ Jessica 348 3345445

email: [redazione1@ilmacrocosmo.it](mailto:redazione1@ilmacrocosmo.it) [www.ilmacrocosmo.it](http://www.ilmacrocosmo.it)

