

gli OCCHI nel CORPO

pratiche per esplorare la relazione tra vista,
percezione e corpo in movimento nello spazio,
per aprire la consapevolezza della relazione tra vista e postura

seminari esperienziali dalle 10.00 alle 17.00:

domenica 28 febbraio “Gli Occhi nel Corpo”

Un percorso di consapevolezza corporea e percettiva per migliorare la propria attitudine visiva e di approccio all'ambiente.

domenica 13 marzo “Rimanere connessi.....e centrati.”

Come attivare le risorse per evitare danni alla vista e alla postura mentre utilizziamo Pc, Tablet, Smartphone, e guidando l'automobile.

sabato 7 maggio “Altolà presbiopia! Recuperiamo la vista da vicino.”

La presbiopia non è un fatto scontato. Pratiche per il recupero della flessibilità degli occhi, della vista e del corpo.

Rolfing®



Maria Cristina Crivellari,
Massofisioterapista
Rolfing® Avanzata Certificata,
Rolfing® Movement Practitioner



Beatrice Pavasini,
Insegnante di Yoga e di Metodo Bates
riconosciuta dall'^AIEV
(Associazione Italiana Educatori Visivi)

i seminari sono frequentabili singolarmente e sono adatti a tutti.

cosa portare: *abbigliamento comodo, tappetino, no lenti a contatto, un foulard, pranzo al sacco da condividere*

costo: € 80 a seminario comprensivo del materiale per la pratica
partecipazione a tutti e tre i seminari € 220

a Modena, Via Tiziano 74, Studio Rolfing di M. Cristina Crivellari
info ed iscrizioni: tel.368 470 485 crist.al@libero.it