



Creare Spazi Shiatsu e Coaching

L'ascolto è l'elemento fondante dello Shiatsu.

E proprio a partire dall'ascolto, intraprenderemo un viaggio alla scoperta di come sia possibile trovare nel corpo risorse utili a gestire gli spazi quotidiani della nostra vita, dall'agenda alle relazioni.

Cosa accade al corpo quando passa attraverso esperienze di spazio differenti?

Che sensazione crea lo spazio nel corpo? In che modo il corpo ci aiuta nella relazione con le persone? È possibile conoscere qualcosa in più di sé a partire dal corpo?

Partiremo proprio dall'ascolto e da nuove domande in questo workshop che unisce l'esperienza corporea con le tecniche del Coaching.

Imparerai:

- ad utilizzare i messaggi del corpo come dato utile per vivere la tua quotidianità
- che il corpo è una grande risorsa per comprendere meglio chi siamo e come viviamo in relazione all'ambiente esterno e ciò che ci circonda
- a trovare in te uno spazio per ritrovarti e calmare la mente, un luogo a cui tornare per ristorarti

Domenica 13 Ottobre 2019

Orario 9-13/14:15-17

Spazio Karuna Via Vallona, 71 Ravenna

Per info e iscrizioni echoshiatsuravenna@gmail.com

Oppure 333/3029787



Angelica Suzzi, Operatrice Shiatsu



Rossella Pin, Master Certified Coach

