

# L'Arte del BenEssere

un nuovo percorso nato dalla collaborazione  
fra l'Associazione culturale lignarius e la psicologa  
Nirmana Ewa Stonarska

**mercoledì 21 febbraio 2018**

ore 19-21

nei locali di lignarius in via Mecenate, 35  
serata gratuita teorico-esperienziale

## TANGO OLISTICO

un piacevole percorso di crescita personale  
ideato da Massimo Habib, che si ispira al Tango Argentino

- \* per entrare in contatto con il corpo e le emozioni \***
- \* per liberare il potenziale energetico e creativo \***
- \* un aiuto per fare chiarezza nei pensieri e progetti \***

Del ballo originario si utilizzano elementi fondamentali:  
la divisione nei ruoli maschile e femminile, il contatto a livello alto e l'abbraccio.

È intuitivo, non bisogna saper ballare.

Vengono utilizzati diversi generi di musica.

Si pratica senza scarpe, con i calzini o scarpette da ginnastica.

Adatto agli adulti di ogni età.

### **Ingresso gratuito previa prenotazione**

Il corso si svolgerà, con un minimo di 10 partecipanti, da marzo a giugno, presso lignarius, via Mecenate, 35  
(di fronte al Teatro Brancaccio, Metro A, Vittorio Emanuele)

Durata: 10 lezioni (20 ore), il mercoledì ore 19-21, a settimane alterne.

Quota di partecipazione: 200 euro + 10 euro di quota associativa

Nirmana Ewa Stonarska, psicologa specializzata in Terapie Olistiche (Bioenergetica, Danzaterapia, Tango Olistico, Costellazioni Familiari e Rituali ) consulente ed animatrice di Metamedicina; da 37 anni pratica lo Yoga e la Meditazione nella sua vita personale e professionale.

L'Associazione culturale lignarius è un centro di arti e artigianato, da 25 anni nel cuore di Roma.

**Info 064885079 - [info@lignarius.net](mailto:info@lignarius.net)**