

# L'Arte del BenEssere

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

**mercoledì 7 marzo 2018 ore 19-21**

**nei locali di Lignarius in via Mecenate, 35**

**prima lezione di**

## **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.

**Prova gratuita per chi ancora non l'ha effettuata  
previa prenotazione entro lunedì 5 marzo  
Per gli altri è necessario confermare entro la stessa data  
la propria partecipazione al corso.**

Il corso si svolgerà, 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)**