

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