

**8° Advanced Training con Isabella Turino
a Rimini
6 e 7 marzo 2021**

**La libertà dei movimenti delle costole
e la relazione con l'equilibrio della testa**



- Esploreremo i movimenti di espansione della respirazione e i movimenti delle costole e la loro influenza sulla colonna vertebrale.
- Studieremo i possibili movimenti dello sterno.
- Lavoreremo su come organizzare l'attenzione; ad esempio, come alternare tra l'addome e le costole, tra il davanti e il dietro del nostro corpo, tra il lato e la parte frontale.
- Sentiremo le possibilità di movimento della settima cervicale, la sua importanza perché la testa possa trovare stabilità dinamica.
- Esploreremo vari modi di toccare e muovere la testa, in modo da poter avere una gamma di abilità adattabili a persone differenti e con diverse necessità.
- Ci eserciteremo ad alternare tra sentire, percepire e visualizzare.

Con cura trasformeremo la gabbia toracica in cesta toracica

Il sistema nervoso ha la capacità di prestare attenzione: notare ciò che non è noto va nella direzione dell'imparare. La nostra capacità di prestare attenzione cambierà il modo di organizzare i nostri movimenti funzionali. Se non prestiamo attenzione non saremo in grado di cambiarli.

Il lavoro sarà centrato sulla Integrazione Funzionale, su come entrare in sintonia con l'altra persona. Seguiremo i piccoli movimenti e le differenze che ci svelano dove la persona ha veramente desiderio di essere toccata per migliorare la consapevolezza.

Questo Advanced-Training si rivolge a tutti gli insegnanti Feldenkrais® diplomati. Ai partecipanti verrà rilasciato un attestato di partecipazione valido ai fini del rilascio dell'Attestazione di Qualità e Qualificazione Professionale e standard di qualità. **Verrà rilasciato un CD con materiale didattico audio, video e foto (non compreso nel prezzo).**



Isabella Turino è diventata insegnante e Trainer Formatore del Metodo Feldenkrais® sotto la guida di Ruthy Alon, con la quale collabora da 30 anni. Attraverso i suoi seminari ha portato molte persone ad amare e studiare il Metodo Feldenkrais®. È apprezzata per la sua capacità intuitiva nell'Integrazione Funzionale® dove esprime al meglio passione, conoscenza e creatività.

DOVE

Centro Lago Riviera

Via Emilio Fattori 23 - Rimini (Viserba)

Il “Centro Lago Riviera” si trova presso un lago artificiale immerso nel verde poco distante dal mare. Facile da raggiungere in macchina e in autobus dalla stazione di Rimini.

ORARIO (13 ore di lavoro)

Sabato dalle 10,30 alle 18,30

Domenica dalle 9,00 alle 16,30

MATERIALI

I partecipanti sono gentilmente invitati a portare il tavolo Feldenkrais , il materiale di lavoro ed uno sgabello. Materassini, cuscini e coperte sono disponibili. Chi porta il tavolo e avvisa in tempo avrà uno sconto del 10%.

DOVE DORMIRE

Qualche suggerimento Residence Terminus, Hotel La Torre, Hotel LaMorosa (tutti gli alberghi si trovano sul lungo mare di Viserba / Rimini)

QUOTA DI PARTECIPAZIONE

Euro 190 per iscrizione **entro il 15 febbraio 2021**

Euro 170 (prezzo scontato per chi porta un tavolo Feldenkrais)

dopo il 15 febbraio 2021 la quota è Euro 230

PER ISCRIVERSI

Mandare una mail a ingridheckmann@kenkoshin.it per chiedere il modulo di iscrizione.

A seguito dell’approvazione della domanda ricevete le coordinate bancarie per fare il bonifico .

In caso di annullamento da parte del partecipante entro il 15 febbraio 2021 compreso, verrà trattenuta per le spese organizzative una quota pari a 40 Euro. Dopo tale data non sarà restituita alcuna somma. Nel caso il corso non venisse effettuato le quote saranno integralmente rimborsate.