

Una giornata dedicata al ben-essere
della mandibola in relazione con il collo e le spalle
attraverso il Metodo Feldenkrais® con Ingrid Heckmann

Sabato 13 Aprile 2024

Via Resia 9
Rimini



Cell: 3293243495

www.kenkosin.it



Operatrice Feldenkrais disciplinata ai sensi della legge 4/2013

L'articolazione temporo mandibolare è l'articolazione più complessa del nostro corpo, che collega la mandibola al cranio e permette di parlare, masticare, deglutire e compiere movimenti mimici.

L'occlusione sbagliata della bocca è legata spesso a situazioni fisiche e mentali molto stressanti che si ripercuoteranno sulla postura in generale.

Immaginate di poter ritornare ad una situazione di maggior **distensione e benessere generale**, a più **libertà** e ampiezza della **respirazione**, a **migliorare** la propria **postura** o semplicemente **avere un viso più rilassato**. Durante le lezioni di **Consapevolezza attraverso il movimento®** si esplorano possibilità alternative di movimento che tutti, indipendentemente dall'età, possono eseguire.

Quando? Sabato il 13 Aprile 2024

Orario ? Ore 9,30 il benvenuto
10 - 13

Dove ? Via Resia 9 – Rimini

Per informazioni e adesioni:

cell: 3293243495 www.kenkoshin.it

