

promuovono il corso di formazione

Euritmia

Il corso è completamente gratuito ed è rivolto agli adulti dai 50 anni in su.
Si articolerà in 15 incontri da 2 ore ciascuno.



Stare in piedi, camminare, agire, esprimersi...
Il nostro corpo - strumento per la vita quotidiana

- Postura
- Rieducazione delle funzioni vitali
- Armonizzazione fra corpo, sentimento, spirito e il mondo esterno

Negli esercizi euritmici si manifestano aspetti diversi della nostra facoltà di movimento interiore ed esteriore: tensione e rilassamento, stimolazione e acquietamento, concentrazione, percezione, facoltà di orientamento, di memorizzazione, coordinazione, armonizzazione...

Gli esercizi attivano i processi vitali energetici che hanno sicuramente un effetto benefico per la salute e rappresentano un sostegno all'equilibrio dell'anima con il corpo e con il mondo intorno.

CALENDARIO

Il Martedì dalle ore 16.15 alle ore 17.15 per coloro che svolgono gli esercizi da seduti e da in piedi
dalle ore 17.15 alle ore 18.15 per coloro che svolgono gli esercizi solo da seduti

INIZIO CORSO MARTEDI' 9 MARZO

Le lezioni saranno tenute da Anne - Marie Brajer, Laureata in Euritmia presso l'Alanus Hochschule fuer musische und bildende Kuenste

**SEDE DEL CORSO: CENTRO SOCIALE S. PIETRO,
VIA FONTE AVELLANA, 12 - GUBBIO**

PER INFORMAZIONI ED ISCRIZIONI:

**CESVOL - SPORTELLO DI GUBBIO Via Cavour, 12 TEL E FAX 075/9221045
EMAIL gubbio@pgcesvol.net
ANNE MARIE BRAJER CELL 339.20.29.203 EMAIL brajeram@yahoo.it**