

- PRENDERSI CURA DI SE' -

ciclo di incontri

“Abbi buona cura del tuo corpo, è l'unico posto in cui devi vivere.” (Jim Roth)

Sabato 20 Novembre 16.00-18.00

"Postura e tessuto connettivale"

a cura di Valentina Cozzolino



Con il termine postura si intende la posizione che assume il corpo umano nello spazio e la relazione che instaura tra i suoi diversi segmenti. Responsabile sia della forma che della postura corporea è la fascia connettivale, quella rete di tessuti che avvolge ogni struttura interna: organi, muscoli, cellule e terminazioni nervose di cui siamo fatti. La straordinaria estensione ed elasticità che la contraddistinguono la rendono il più vasto organo di senso del corpo.

La sensazione fisica di "esserci", la percezione di orientamento nello spazio, la percezione fisica delle emozioni e la consapevolezza corporea di ciascuno di noi sono impresse nella fascia connettivale corporea con effetti sulla nostra postura. La fascia quindi rappresenta la matrice fisica su cui è impressa la nostra storia, indirizza le nostre risposte fisiche ed emotive ed esprime le inclinazioni caratteriali di ognuno in maniera unica e peculiare.

In questo primo incontro avremo la possibilità di vivere attraverso il movimento, il tocco e la propriocezione come sia possibile influire e modificare la fascia connettivale.

Alla fine della sezione, sarà possibile prendere un appuntamento per ricevere la propria lettura posturale.

L'incontro è rivolto a tutti. L'ingresso è gratuito. La prenotazione obbligatoria.

info@mandaladoriano.it - 347 52 47 277

Per partecipare è necessario essere muniti di GreenPass