



Tipologia CORSO LIBERO CULTURALE-FORMATIVO

Titolo corso **ARTI DEL MOVIMENTO: EURITMIA E SPACIAL DYNAMICS**

Docente GIOVANNA RECUSANI

Calendario

ARTI DEL MOVIMENTO: EURITMIA E SPACIAL DYNAMICS		
mercoledì	31/01/24	18:15 – 20:00
mercoledì	07/02/24	18:15 – 20:00
mercoledì	14/02/24	18:15 – 20:00
mercoledì	21/02/24	18:15 – 20:00

Descrizione breve del corso

Obiettivo del corso è migliorare la qualità del proprio movimento e percepire l'effetto del movimento su se stessi e sugli altri, sviluppare la capacità di essere più coscienti dei propri movimenti e migliorare la capacità nell'adattarsi ai cambiamenti, rinvigorire le forze vitali con un movimento armonico.

L'euritmia è un'arte del movimento che incorpora la musica e la parola, nasce in seno all'antroposofia, mentre la Spacial Dynamics è un approccio al movimento che si concentra sulla consapevolezza corporea e sulla fluidità dei movimenti, con applicazioni più ampie in contesti educativi e terapeutici. Entrambe le pratiche mirano a migliorare la connessione mente-corpo attraverso il movimento consapevole.

MASSIMO 15 ISCRITTI

Scadenza iscrizioni **22/01/2024**

Destinatari ADULTI

Costo CONTRIBUTO DI 30,00 €

Attestato o certificazione ATTESTATO DI FREQUENZA (su richiesta con min.70% della frequenza)

Per ulteriori informazioni SEGRETERIA DIDATTICA: tutti i giorni dal lunedì al sabato dalle 10.00 alle 13.00. Martedì anche dalle 14.30 alle 16.00

