

SEMINARIO

“METODO FELDENKRAIS®”

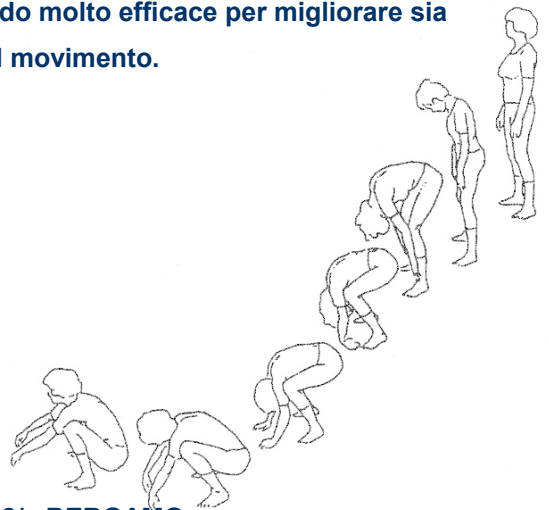
CONOSCERSI ATTRAVERSO IL MOVIMENTO®

“occhi e movimento”

Come migliorare la visione e l'acutezza visiva con la postura, il respiro e il movimento globale.

L'occhio inizia la maggior parte delle nostre azioni, un bambino si ritrova a rotolare perché con lo sguardo segue i movimenti della mamma, l'adulto si china per raccogliere un oggetto, il ragazzino gioca con la palla... queste sequenze motorie iniziano con il fissare qualcosa nel nostro campo visivo. Se possiamo migliorare questa azione iniziale, anche i movimenti successivi saranno più agevoli, armonici e organizzati.

Lavorare con gli occhi nel movimento può essere un modo molto efficace per migliorare sia l'acutezza visiva che la qualità del movimento.



INSEGNANTE CARLA CORNOLTI

Sabato 15 febbraio 2020 dalle ore 10.00 alle ore 13.00

Quota partecipazione € 45.00

SEDE DEI SEMINARI : ASS. ALCHEMILLA VIA CORRIDONI 22/c BERGAMO

ISCRIZIONI E INFORMAZIONI : CARLA CORNOLTI

TEL. 3406428223

CARLACORNOLTI@LIBERO.IT