



Domenica di Salute, 25 gennaio 2015

metodo di ginnastica dolce e globale **Georges Courchinoux**

il docente

Fisioterapista, sofrologo e formatore, Georges Courchinoux esercita la sua professione di terapeuta ed insegna da oltre trent'anni la Metodologia da lui ideata.

il metodo

“Corpo e Coscienza” è una sintesi di diverse tecniche, e propone risposte efficaci in quattro direzioni: sensorialità, verticalità, emotività, vitalità. I partecipanti verranno guidati in un percorso di ginnastica dolce con esercizi accessibili a tutti: la sequenza sarà preparata appositamente per il gruppo. Questo permetterà all'organismo di ottimizzare le sue condizioni psico-corporee per sintonizzarlo con la stagione. Il lavoro esperienziale così articolato, darà anche uno spunto per presentare e sperimentare la metodologia.

il programma

La giornata inizia alle ore 9.00 e termina alle ore 18.30 con un'ora e mezza di pausa per il pranzo (dalle 12.30 alle 14.00).

i destinatari

Max 30 partecipanti. La giornata di salute è aperta a tutti: è rivolta a chiunque voglia prendersi cura di sé e conoscere meglio il proprio corpo. Materiale richiesto: abbigliamento comodo, materassino, telo.

la sede

AGRICAM, via Bornate 1 – 25018 Montichiari (Brescia)

iscrizioni

La quota di iscrizione è di euro 70,00 (pranzo escluso). Per iscriversi è necessario inviare via mail o via fax la scheda di iscrizione sottostante, insieme alla copia dell'avvenuto bonifico, intestato a Consorzio Tenda

Iban: IT 59R 08676 54781 000000900800

Causale: Iscrizione Giornata di Salute 25 gennaio 2015

contatti

Centro don Serafino Ronchi tel. 349.7588584 fax 030.9960938 comunicazione@centroserafinoronchi.it

SCHEDA DI ISCRIZIONE

NOME		COGNOME	
VIA	N.	CAP	CITTA' (PROVINCIA)
NATA/O A	IL	CODICE FISCALE	
CELLULARE		E-MAIL	
PROFESSIONE	DATA	FIRMA	

Si autorizza Tenda al trattamento dei dati personali ai sensi degli art. 13 e 23 legge 196/03 Firma _____

