

BIO-TANTRA Evolutivo

**laboratorio di coscienza e cura della dimensione affettiva, energetica e sessuale
per incontrare intimamente sè stessi così da saper poi incontrare gli altri profondamente**

Legnano (Va) presso Shiatsu Amico Loft

per iscrizioni a questo seminario chiamare Alberto 348 0498557

Come sono nella relazione con me stessa\o e nelle relazioni con gli altri? **Quali** automatismi scattano nei miei comportamenti relazionali? **Cosa** mi impedisce di fluire nella relazione con me stessa\o e nelle relazioni affettive e sessuali? **Ho poca percezione del mio corpo** e non sento bene alcune sue parti? **Il mio carattere mi crea problemi** nelle relazioni affettive ma non riesco a comportarmi in modo diverso? Desidero **intimità** e la chiedo al mio partner ma non so' bene cosa sia davvero?

DOMENICA 19 NOVEMBRE 2017

PRESENZA ENERGETICA: caricare ed espandere energia vitale

Buona parte del potenziale di energia vitale che ti appartiene è rallentata e bloccata nel corpo e nelle emozioni represses. Durante questo incontro praticheremo degli esercizi finalizzati a rendere elastiche le corazze muscolo\affettive e a favorire l'afflusso di energia al cuore.



Una giornata per apprendere ad espandere la tua energia vitale attraverso esercizi mirati che poi potrai ripetere anche a casa, in autonomia.

Il gruppo è una risorsa potenziante e ti permette di ricevere l'esperienza ad un livello più profondo.

L'incontro comprende esercizi di respirazione.

ORARI: dalle ore 9.00 alle ore 18.00 circa con pausa pranzo
Abbigliamento comodo e a strati
Pranzo in condivisione

nota tecnica: questo seminario è propedeutico sia alla conoscenza di sè che ad un percorso "tantrico". Gli esercizi proposti sono di "pre-tantra" perchè non è possibile aprirsi ad uno stato di coscienza allargato senza prima aver incontrato gli strati difensivi del carattere ed i comportamenti automatici. Tutto questo è memorizzato anche nel corpo ed ha una propria espressione energetica.

**Il laboratorio è tenuto da "Irene Barbara Richini", Pedagogista per Adulti
Esperta in Psicoenergetica ed in Consulenza a mediazione corporea,
Educatrice A.I.S.P.A. (Associazione Italiana Sessuologia Psicologia Applicata)
contatti 329/4331003 - info@irenebarbararichini.com - www.irenebarbararichini.com
PROFESSIONISTA DICHIARATA AI SENSI DELLA LEGGE 04/2013**