



Ritmovitale

Percorsi di ricerca e integrazione psico-corporea

LEZIONI *di* MOVIMENTO ESPRESSIVO

Secondo il metodo Rio Abierto



LABORATORI ESPERIENZIALI

LEZIONI *di* MOVIMENTO ESPRESSIVO

Secondo il metodo Rio Abierto

Rio Abierto è un sistema di lavoro nato in Argentina negli anni '50 che, partendo dal corpo e dal movimento con la musica, favorisce il benessere attraverso l'integrazione dei diversi livelli con cui si esprime il nostro essere (corpo emozione, mente e spirito)

La lezione dura un'ora oppure un'ora e mezzo: attraverso il movimento dinamico, giocoso, espressivo, il contatto col gruppo, il rilassamento, la meditazione, esercizi individuali o a coppie viene risvegliata l'energia del corpo che diventa così più flessibile e tonico. Ma essere più flessibili a livello del corpo significa anche esserlo sul piano mentale ed emotivo, consentendo così al nostro essere di trovare nuove possibilità espressive.

Il martedì ore 10,15-11,15

presso **Libera Associazione**
Via del Guarlone 69 Firenze
con **Elida Girardi** counselor e istruttrice autorizzata Rio Abierto

Il giovedì ore 19,15-20,45

presso **Libera Associazione**
Via del Guarlone 69 Firenze
con **Manlio Pillon** psicologo e insegnante Rio Abierto

6 incontri da martedì 9/11 ore 18,30

presso il **Centro di Psicosintesi**
Via San Domenico 16 Firenze
con **Elida Girardi** counselor e istruttrice autorizzata Rio Abierto

LABORATORI ESPERIENZIALI

• *“Danzando con il matto”*

Un percorso di consapevolezza utilizzando il simbolismo dei tarocchi e le tecniche di Rio Abierto.

Si terrà il giorno **4.12.04**
dalle ore 15 alle ore 19.

Conducono Manlio Pillon e Elida Girardi

• *“Il corpo ... in gioco”*

Attraverso il gioco, il movimento e il contatto con le altre persone, scoprirsi e scoprire qualcosa di sé e dell'altro per conoscere i nostri limiti e le nostre potenzialità.

Si terrà il giorno **12.2.05**
dalle ore 15 alle ore 19.

Conducono Manlio Pillon e Elida Girardi.

Entrambi i seminari si terranno

presso **Libera Associazione**
Via del Guarlone 69 Firenze

Per informazioni e iscrizioni:

- Manlio Pillon
tel. **055/6541000** cell. **347/8345610**
e-mail **psicomaglio@libero.it**
- Elida Girardi
tel. **055/6541000** cell. **347/7694036**
e-mail **elida@freemail.it**

- Sono previsti **incontri individuali** di sostegno e di approfondimento su tematiche legate al proprio percorso esistenziale o emerse nel corso delle lezioni o dei laboratori. Contattare Manlio Pillon, psicologo, insegnante di Rio Abierto, formazione in Costellazioni Familiari secondo Bert Hellinger. Per chi è interessato a sedute di **massaggio circolatorio** e **rilassante** secondo il sistema Rio Abierto contattare Elida Girardi

