

Intensivi e workshop di bioenergetica 2016-2017

**Il corpo che insegna alla mente
conduce Francesca Mastrangelo**

**Domenica 13 novembre 2016 dalle 15 alle 19
Intensivo di esercizi bioenergetici**

Ciò che è teso non è sensibile

**Individuare le parti in tensione e ricreare
sensibilità e significato**

**Domenica 15 gennaio 2017 dalle 10 alle 17,30
Workshop esperienziale**

Imparare a litigare

**Assertività, protesta, rabbia, furia
Condivisione ed esercizi per tollerare la carica energetica,
modularla e creare relazione senza distruggere.**

**Domenica 12 marzo 2017 dalle 10 alle 17,30
Workshop esperienziale**

Esprimersi ridà valore

**Quando veniamo feriti sentiamo di non valere nulla.
Condivisione ed esercizi per riparare l'amor proprio danneggiato.**

**Domenica 14 maggio 2017 dalle 15 alle 19
Intensivo di esercizi bioenergetici**

Attivi e passivi

**Fare esperienza dell'essere guida o essere guidato,
del controllo o del lasciar andare, del dare o del ricevere,**

**Sabato 8 luglio 2017 dalle 21 a oltranza, si dorme in loco
Workshop esperienziale**

Massaggio e riposo

Conoscersi e conoscere l'altro attraverso il contatto corporeo.

Il luogo degli incontri sarà a Milano e verrà comunicato sui volantini singoli.

**Francesca Mastrangelo, psicologa, 328-8875004
francescamastrangelo14@gmail.com**