

DISCIPLINE PER TRATTAMENTI INDIVIDUALI (è gradita prenotazione)

ANTIGINNASTICA (Metodo T. Bertherat)

Questa pratica permette di rintracciare nei propri muscoli i meccanismi di difesa che hanno dato origine a tensioni, blocchi e sofferenze del corpo e della psiche permettendo di entrare in contatto con il proprio essere nella sua interezza; da' modo di comprendere se stessi e di liberarsi di una quantità di malanni utilizzando la propria forza, la propria intelligenza e la propria sensibilità.

AROMAMASSAGGIO

Gli oli essenziali rappresentano la parte più nobile e purificata della pianta, essi posseggono numerose proprietà che possono aiutare la sfera emotiva, fisica e spirituale. La sinergia di questi oli con il massaggio, rendono il trattamento davvero unico e prezioso per il benessere della persona che viene presa in considerazione nella sua totalità.

CROMOTERAPIA (Cromosoundhealing)

Trattamento dolce e rilassante per tutti. Consiste nello stimolare diversi punti del corpo o solo del viso con sottili fasci di luce colorata, uniti a note musicali, al ritmo armonizzante del battito cardiaco e della comunicazione tra le cellule.

CRANIOSACRALE

Agisce profondamente sul delicato sistema cranio-sacrale e sul sistema nervoso. Con leggeri movimenti quasi impercettibili da parte dell'operatore, si ottiene un rilassamento delle contratture, un miglioramento del ritmo craniosacrale, del battito cardiaco e della respirazione.

METAMEDICINA

Una consulenza individuale in cui, dialogando con l'operatore, l'obiettivo principale è risvegliare la Coscienza dell'individuo. La Metamedicina è dunque l'arte di vivere con consapevolezza e in armonia, si occupa di ricercare e trasformare la parte sommersa di un disturbo, causa di sintomi che possono essere fisici, psicologici, emotivi e spirituali.

SHIATSU

Trattamento a mediazione corporea di origine giapponese, indirizzata al riequilibrio energetico dell'intero sistema psiche-corpo, tramite piacevoli pressioni esercitate lungo il tragitto dei meridiani energetici.

VOICEHEALINGMOVE® (metodo Silvia Pellegrino - scuola SonOlis)

Training di integrazione e bilanciamento energetico che si avvale di una profonda ricerca nel campo della pratica olistica e della meditazione. La tecnica che utilizza il Lettino Armonico, la voce e gli strumenti acustici, induce attraverso le vibrazioni sonore, ad uno stato di profondo rilassamento e benessere.

DISCIPLINE DI GRUPPO

AMBASCIATORI DI PACE

Dall'incontro con l'Ambasciatrice di Pace Jasmuheen nasce un nuovo progetto di lavoro sulla conoscenza di sé che ha come obiettivo l'integrazione del lavoro sul corpo e sui Chakra con ciò che è necessario alla pacificazione delle componenti della nostra psiche che corrisponde al nostro mondo.

COSTELLAZIONI FAMILIARI

Ogni essere umano è profondamente legato non solo a genitori e fratelli, ma anche ai propri antenati. Questo collegamento partecipa ai destini di ogni famiglia. È possibile che i sintomi, le malattie e i comportamenti abbiano le loro radici in questa eredità. Le costellazioni familiari e spirituali mettono in evidenza queste dinamiche invisibili e permettono di liberarsi dall'influenza negativa senza però interromperne il legame.

GIOCO SHIATSU (rivolto ai bambini e ragazzi)

Utilizzando le peculiarità di questa antica arte si vuole portare l'attenzione del bambino alle percezioni corporee,

La salute è uno stato di completo benessere fisico, mentale e sociale, e non una semplice assenza d'infermità o malattia

Organizzazione Mondiale della Sanità

aiutandolo a sviluppare e mantenere un contatto più consapevole con se stesso e "l'altro".

AUTODIFESA E AUTOCONTROLLO

Dimostrazione pratica per far sperimentare attraverso l'uso della respirazione, tecniche di autocontrollo utili nella vita di tutti i giorni anche come autodifesa.

LA SCUOLA I.R.T.E.

Fondata nel 1979, l'Istituto Ricerche e Terapie Energetiche di Milano, è la prima scuola in Italia che forma con corsi triennali gli operatori Shiatsu. Nella presentazione verranno illustrate le metodologie di formazione del triennio.

STRETCHING DEI MERIDIANI

Attraverso l'utilizzo di appositi stretching associati ad una corretta respirazione, si andranno a sciogliere i blocchi energetici lungo il percorso dei meridiani. Questa tecnica dona un nuovo stimolo rigenerante aiutando la persona a ritrovare una maggior sensazione di benessere.

YOGA

La ricerca dell'armonia dell'essere umano. Un cammino praticabile da tutti. Posizioni e movimenti dello Yoga per avere un corpo più in forma; respirazione consapevole, rilassamento fisico e mentale, visualizzazione e immaginazione creativa per eliminare lo "stress" e vivere meglio.

YOGA BIMBI

Lo Yoga secondo questo metodo è un percorso ludico che porta il bambino all'esplorazione del proprio sé. Stimola le potenzialità fisiche e psichiche, la creatività, la curiosità e la libertà di espressione.

YOGA DELLA RISATA

È una disciplina praticata in più di 100 paesi che abbinata esercizi di respirazione profonda Yoga (Pranayama) ad esercizi che stimolano la risata. Questa combinazione permette di aumentare l'energia del nostro organismo, incrementare le difese immunitarie e di implementare la gioia e la serenità nella vita quotidiana. Perché quando ridi cambi e quando tu cambi tutto il mondo cambia con te.