

LA DANZA DELL'ALCHIMISTA

Coordinatrice: Clara Brunod coreografa, danza terapeuta

Sperimentiamo insieme un percorso di DanzaMovimentoTerapia:

- per sviluppare la consapevolezza di sé, delle proprie sensazioni fisiche ed emotive
- per attivare la capacità immaginativa
- per prendere contatto con le parti nascoste di sé
- per incontrare gli altri

Nella pratica della danzaMovimentoTerapia ci si lascia guidare dalle sensazioni che nascono muovendosi, dando ascolto a che cosa succede nel corpo e nella mente.

Si possono così esprimere le proprie emozioni con il movimento e creare la propria danza.