



Post-training Feldenkrais con Edith Sidler

Locarno Maggio/Giugno 2025



Equilibrio in Movimento - Scoprire il Potere della Diagonale

Il grande potenziale che i partecipanti portano con sé verrà condiviso e ulteriormente sviluppato in un processo di apprendimento interattivo. Desidero farvi conoscere la potenzialità di questo metodo, in modo che ne prendiate coscienza e possiate integrarlo facilmente nella vostra vita quotidiana.

È possibile partecipare ai nostri due seminari anche singolarmente. Insieme, però, formano un'unità armoniosa.

Contenuto

Un buon equilibrio significa essere in grado di stare in piedi e di orientarsi in modo sicuro in ogni momento della vita di tutti i giorni.

Per raggiungere questo obiettivo, utilizziamo schemi di movimento del nostro corpo: Flessione, Estensione, Inclinazione laterale, Rotazione e Diagonale.

La diagonale, essenziale per i movimenti di base come gattonare e camminare, si sviluppa per ultimo. Nel Metodo Feldenkrais, in particolare, il lavoro con la diagonale apre numerose esperienze mirate e arricchenti. Che si tratti di lezioni di gruppo o individuali, il lavoro delle diagonali con braccia, gambe e tronco, favorisce la libertà nel movimento funzionale.

In questa formazione avanzata, apprenderete come integrare la diagonale nelle vostre lezioni in modo ancora più mirato, aiutando i vostri partecipanti a raggiungere un migliore equilibrio e una maggiore facilità di movimento.

Obiettivi

- Acquisire sequenze di movimento prossimali e distali
- Esaminare gli schemi di movimento del cliente
- Osservare da vicino i movimenti della prima infanzia

Metodi

- Dialogo con il cliente
- Contributo mirato dei partecipanti per approfondire la comprensione
- Dimostrazioni e messa in pratica

Gestione

Edith Sidler - Trainer Feldenkrais e Kinästhetecis

Data: 1° Seminario 31 maggio/1 giugno 25

2° Seminario 8/9 novembre 25

Orario 10.00/12.30 e 14.00/17.00

Costo del corso: 1° Seminario Fr. 310.-

2° Seminario Fr. 310.-

Prezzo per i due seminari Fr. 560.-

Luogo: "Studio Portale" Via Professor Mariani 1a, 6600 Muralto

giuseppe_asaro@yahoo.it Tel.+41(0)77 442 36 72

Lingua del corso: Tedesco con traduzione in Italiano.

Iscrizione: patriciaschwarz@feldenkrais.ch

Info: Patricia Schwarz, Tel. +41(0)79 777 88 13 per Tel. o con Whatsapp.