

METODO FELDENKRAIS SAMUEL LETELLIER



“EL SUELO PELVICO, UN OTRO DIAFRAGMA, UN LUGAR DE SOSTEN...”

Un taller online repartido en dos encuentros el 8 y 9 de mayo 2020
de 17h a 18h30 (horario España)
de 12h a 13h30 (horario Argentina)

En este taller online, se ofrece un viaje íntimo hacia esta parte del cuerpo y conectarse con él de manera profunda, considerándolo como lugar de unión. Cuando su tono muscular está equilibrado, ni con sobre esfuerzo, ni demasiado suelto, se organiza un espacio donde todo el ser se puede sostener mejor internamente y alinear mejor.

Iremos explorando las posibilidades de sus movimientos ; como se relaciona con la estructura ósea y los movimientos de la pelvis.

Exploraremos también su íntima relación con el diafragma, la musculatura del abdomen y la cintura, esta conexión mágica que tiene con esta otra cúpula que es el paladar y espacio interno de la boca...

Aprenderemos y mejoraremos nuestro “sentir/reconocer” de este “suelo vivo”.

También podremos foco en como nuestra postura y nuestros movimientos cotidianos influyen el tono muscular de esta zona y como el suelo pélvico mismo, conectado con el tantien, es fuente de vida y un motor en todas nuestras acciones cotidianas.

Un taller para estar más conscientes de su funcionamiento, de nuestros hábitos escondidos y de la relación que cada uno establece con esta parte de nuestro cuerpo y con nuestra persona.

El taller se impartirá online el 8 y 9 de mayo de 17h a 18h30 aunque la sala es muy grande las plazas son limitadas (por el simple deseo de cuidar el diálogo con cada uno...)

Aportación : 35 €

Para más información, contactad a info@feldenkraisconsami.com de allí te daré las modalidades para el pago del curso...
un saludo y espero verte pronto

Samuel

www.feldenkraisconsami.com