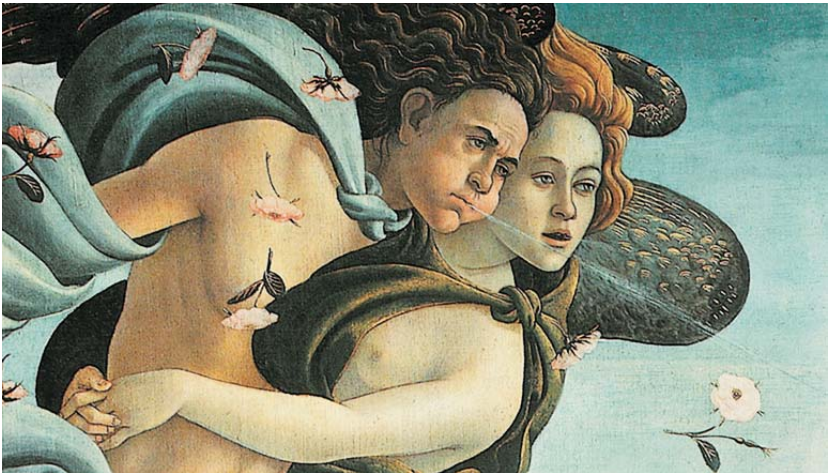
ASPIC

ASSOCIAZIONE
COUNSELING E CULTURA
SEDE DI BARI

serate di respiro consapevole



Il respiro è vita: ci accompagna in ogni istante dell'esistenza, scandendo il ritmo delle nostre emozioni. Tramite il respiro consapevole possiamo accedere ad una sorgente interiore di quiete e di pulizia dei nostri blocchi emotivi. Le maggiori correnti di speculazione spirituale indicano il respiro come la via verso la nostra parte più profonda, sana e guaritrice, verso l'estasi.

Queste *"serate di respiro consapevole"* condotte da Virginia Brevetti, psicologa psicoterapeuta e da Fabrizio Enea, facilitatore di respiro, offrono, attraverso il movimento nella musica e l'energia sviluppata dal gruppo stesso, l'occasione di connetterci con questa saggezza interiore lasciandola agire, affinchè porti quiete, comprensione e integrazione nella vita di tutti i giorni.

Le serate di respiro non fanno parte di un ciclo: ogni incontro è buono per iniziare!

La serata avrà un costo di 20 Euro. L'incontro, presso la sede di Aspic Bari, avrà luogo se verrà raggiunto un numero minimo di 8 partecipanti. Non è richiesta una particolare preparazione; sono consigliati abiti comodi (tuta da ginnastica) e una coperta.

Prenota inviando una mail a info@aspicbari.it o telefonando allo 080 5484576

Aspic Counseling e Cultura - Sede di Bari
Via G. Fanelli, 216/b - Tel. 080 5484576
www.aspicbari.it - info@aspicbari.it