

## VILLAGGIO ECOLOGICO GRANARA



"Granara è un luogo affascinante e solare e la sua bellezza non dipende da noi che lo stiamo ripopolando lentamente: è una sua dote naturale. Con noi è diventato un luogo del sogno, della ricerca e della sperimentazione. Un cantiere aperto, un insieme di case e di persone, un intreccio di attività e di associazioni operose. E' un luogo dove comandano la natura e i suoi elementi, anche quando vorremmo che non fosse così. E' un luogo del fare, ma anche dell'ozio, dell'organizzazione, ma anche della confusione. Insomma è un luogo che val la pena visitare, anzi conoscere." *Tratto da...*  
[www.granara.org](http://www.granara.org)

Due giorni e circa 10 ore di lavoro come introduzione e approfondimento dell'innovativo approccio all'anatomia esperienziale e movimento somatico secondo i principi di Body Mind Centering®.

Attraverso l'osservazione di immagini anatomiche e la comprensione di principi fisiologici di base, l'attenzione dell'allievo sarà guidata ad osservare le esperienze di movimento guidato e improvvisato.

Partiremo dallo studio della struttura del Corpo, le nostre ossa e muscoli, ed osserveremo movimenti ricorrenti, sistemi di leva, punti di fulcro e spazi per scoprire chiarezza, assenza di sforzo, senso della forma e leggerezza nel muoversi.

Attraverso l'integrazione con gli altri sistemi corporei, scopriremo nuove qualità energetiche che emergono da un modo di muoversi nuovo e sosterranno il cambiamento e la trasformazione di forma, dinamica e azioni del nostro Corpo-Mente nello spazio.

Ci sarà spazio e tempo per ricevere trattamenti individuali di Body Mind Centering® se concordati all'inizio del work shop.

Il seminario è rivolto a professionisti o appassionati interessati ad approfondire il lavoro corporeo e che desiderano migliorare le proprie capacità motorie, espressive e comunicative.

## MOVIMENTO SOMATICO BODY-MIND CENTERING®



8-9 OTTOBRE 2016

VILLAGGIO  
ECOLOGICO GRANARA

località Granara  
frazione Branzone Valmozzola  
Parma



## Emanuela Passerini

Studia per molti anni Teatro e Danza, Arti Marziali; si occupa da oltre 20 anni di insegnamento e ricerca del continuum corpo mente attraverso il movimento in ambito pedagogico, sociale, terapeutico e artistico.

Diplomata  
Body-Mind Centering®  
Practitioner e  
Somatic Movement Educator

# BODY-MIND CENTERING®

## EDUCAZIONE E PEDAGOGIA DEL MOVIMENTO SOMATICO

Body-Mind Centering® è una disciplina che studia il movimento. Partendo da fondamenti di anatomia e fisiologia della tradizione scientifica esplora le sensazioni fisiche ed emotive che scaturiscono da parti diverse del nostro corpo.

Body-Mind Centering® esplora aspetti qualitativi e relazionali del movimento e del suo potenziale espressivo, portando alla luce l'unicità dell'esperienza senso-motoria, percettiva e cognitiva di ciascun individuo tramite la consapevolezza del Corpo, dello Spazio, della Forma e delle Qualità di Energia.

Il BMC è adatto a persone di ogni età, si può applicare ad ogni professione o mestiere che sia suscettibile di evoluzione perché porta ad accrescere la consapevolezza e l'efficienza con cui ci si muove nel mondo.

*"La natura si organizza in pattern. Anche in noi, che della natura siamo parte, si formano dei pattern. La mente è come il vento e il corpo è come la sabbia: se vuoi sapere come soffia il vento, puoi guardare la sabbia."*

*Bonnie Bainbridge Cohen*