

BIODINAMICA CRANIOSACRALE CON ANTONELLA LANDRO

CHI SONO

ANTONELLA LANDRO, sono una operatrice di biodinamica craniosacrale e mi occupo anche di altre pratiche e discipline. Da sempre appassionata di danza, da più di 15 anni vivo il movimento come ricerca della consapevolezza corporea, autenticità del gesto e sviluppo della creatività. Mi sono formata come docente di “Movimento Creativo - Metodo Garcia- Plevin®” e conduco gruppi con adulti e bambini.



L'incontro con la Biodinamica Craniosacrale ha rappresentato per me un **viaggio profondamente trasformativo**, un viaggio nel mio sentire, nell'intelligenza del corpo e nella mia interiorità.

Ciò che mi piace trasmettere con il mio lavoro è quanto sia importante recuperare il contatto con il proprio corpo. Per questo negli anni ho affinato una serie di pratiche meditative e di movimento consapevole, che propongo spesso ai miei clienti, prima di iniziare la sessione sul lettino. L'intento è proprio quello di portare la loro attenzione cosciente ad osservare i fenomeni interni al corpo, il loro **felt-sense (sensazione sentita nel corpo)**, riportando la presenza al “qui e ora” per imparare ad essere sempre meno in balia dei pensieri e delle emozioni.



Ascolto-Presenza
Quiete

COS'È LA BIODINAMICA CRANIOSACRALE E PERCHÉ DOVRESTI PROVARLA

La Biodinamica Craniosacrale fa parte delle Discipline Bio-Naturali volte a favorire e sostenere la salute e il benessere della persona a livello fisico, emotivo e mentale.

La Biodinamica Craniosacrale offre un tocco delicato e amorevole. Un contatto definito neuroaffettivo che ha l'intento di far crescere il senso di sicurezza e fiducia in sé e negli altri. Favorisce un profondo livello di rilassamento del corpo, permettendo così il rilascio delle tensioni dei vari sistemi fisiologici, tessuti ossei e connettivi e allo stesso tempo aiuta la riconnessione alle proprie energie vitali.



SI BASA SU ALCUNI PRINCIPI FONDAMENTALI:

- il corpo umano ha una capacità innata di autoriparazione e di mantenere l'equilibrio tra le sue funzioni vitali.
- esiste una forza vitale, chiamata anche respiro della vita, che anima e organizza il corpo umano. Questa forza si manifesta attraverso dei ritmi sottili che l'operatore percepisce attraverso le sue mani..



Per info e prenotazioni:

cell. 349 7812165 - anteiasol@gmail.com

Professionista disciplinato ai sensi della
L.4/1/2013