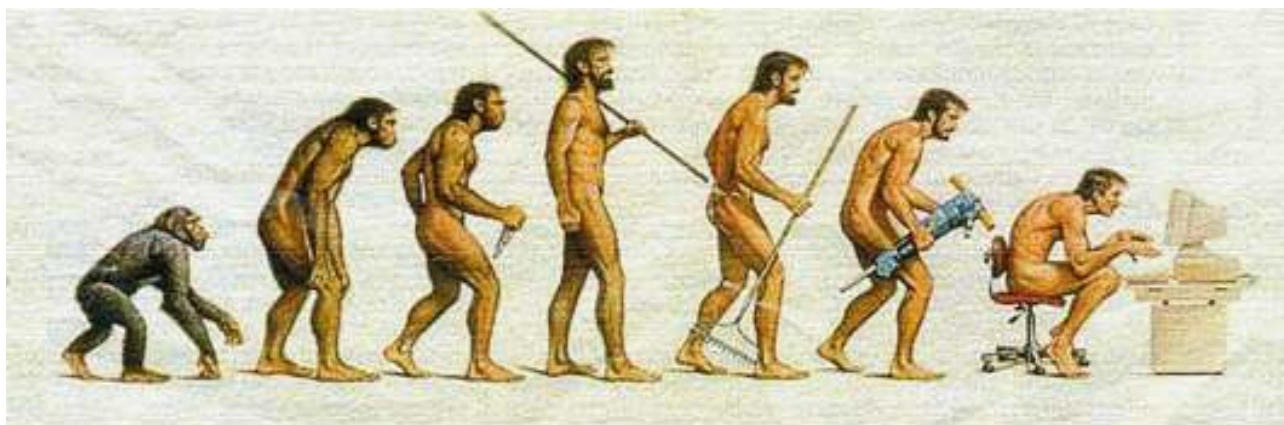




RIAGGIUSTAMENTI POSTURALI

Reggio Emilia, 29 e 30 ottobre 2022

con **Giovanni Gennari**



Quando la nostra postura è distorta, il corpo deve usare più energia per tenerci in posizione eretta e per farci muovere. I muscoli e la fascia cominciano a indurirsi, organi e articolazioni possono venire compressi, creando disfunzioni a tutti i livelli. In questo seminario verranno mostrate tecniche dolci di riequilibrio del bacino e della colonna vertebrale, prevalentemente basate sull'idea di riattivare le capacità di autocorrezione dell'organismo; queste tecniche sono facilmente inseribili all'interno di un trattamento Shiatsu.

- Pulizia delle anche
- Riequilibrio di una vertebra ruotata
- Riequilibrio del legamento sacro-tuberale
- Riallineamenti del bacino
- Test muscolare
- Esercizi individuali

Orari indicativi: sabato ore 14.30 - 19
domenica ore 9.30 - 18

Sede: via Aristide Gabelli 12, Reggio Emilia

Iscrizioni: Giovanni 347.2753404
Enrica 348.2632910

Il corso è riservato i soci de Il Risveglio