



• **TECNICA ALEXANDER** •
• **YOGA & AYURVEDA** • **METODO FELDENKRAIS** •
SEMINARIO IN TOSCANA

**ESPLORIAMO TRE APPROCCI UNICI AL
BENESSERE PSICOFISICO**
PRESSO LA MERAVIGLIOSA VILLA DUCCI
DAL 3 AL 8 LUGLIO, 2023



IL NOSTRO 44ESIMO!

6 GIORNI MAGICI | 6 INSEGNANTI SPECIALI

Unisciti a noi nell'esplorazione di tre percorsi di apprendimento specifici,
per integrare l'intelligenza della mente, del corpo e delle emozioni.

Chiunque stia leggendo questo volantino deve aver sognato, ad un certo punto della sua vita, di visitare la Toscana...

Immersi nella splendida atmosfera di sole, cibo eccellente e ottimo vino, passeggiando per i vicoli di una città storica, o semplicemente seduti in un piccolo caffè, circondati dallo spirito delle persone del posto.

Qualunque sia il tuo livello di interesse per la Tecnica Alexander, il Metodo Feldenkrais o lo Yoga/Ayurveda, ti invitiamo a partecipare e ad apprendere nella magica cornice Toscana.

Inscrizione entro il 15 maggio: \$1.500 (€1.400)

Dopo il 15 Maggio : \$1.650 (€1.545)

Nella quota e' compreso: lezioni di gruppo giornaliero di T.A , 2 lezioni individuali di Tecnica Alexander, Yoga mattutino, Lezioni di Consapevolezza attraverso il Movimento, ed anche una Presentazione speciale di Michael Gelb sul "Come Pensare Come Leonardo da Vinci".

Maggiori informazioni e registrazione: www.alexandertechniqueretreats.com

INSEGNANTI

Michael D. Frederick

Silvia Sferlazzo

John Baron

Paolo Frigoli

Michael Gelb

Sabine Pfeffer

