

Palestra A.T.C.

Via Saliceto 1

QUARTIERE NAVILE

MOVIMENTO CREATIVO

**LEZIONE DI PROVA GRATUITA
MERCOLEDI' 23 NOVEMBRE ALLE 21**

Il corso si rivolge a chi vuole giocare con la *propria creatività* e sperimentare la possibilità di dare *forme corporee alle emozioni*. Una prima parte della lezione sarà dedicata ad un riscaldamento basato su *movimenti naturali* e *ascolto del corpo*; in una seconda parte della lezione verranno proposti momenti di *improvvisazione con la musica* alla ricerca di un uso personale di spazio, forza di gravità, forza muscolare e tempo.
Non sono richieste esperienze precedenti

Il corso è tenuto da Maria Cristina Di Tommaso, insegnante di Educazione Fisica, danzaterapeuta (formazione quadriennale Art Therapy italiana, iscritta al 3° anno della formazione quadriennale, metodo Feldenkrais Prato)

INFO: UISP PROVINCIALE SETTORE FITNESS CELL. 346-0027824
www.uispbologna.it ginnastica@uispbologna.it
PALESTRA A.T.C. cell. 333-6965513