



14 luglio orario 10:00- 12:30 e 14:00-15:30

15 luglio orario 10:00 – 12:30

Lanificio Botto-Miagliano (BI)

Che cos'è il metodo Feldenkrais?

È un metodo di auto-educazione attraverso il movimento, si basa essenzialmente sul prendere consapevolezza dei propri movimenti e dei propri schemi motori e quindi, attraverso il movimento, di espandere la consapevolezza di sé nell'ambiente. È composto da sequenze di semplici movimenti che coinvolgono ogni parte del corpo, dall'ascolto profondo delle sensazioni che essi suscitano, dallo sviluppo di nuovi modi di muoversi, atteggiarsi e percepirsi.

Silvia Conte nel 2001 si iscrive al corso di formazione per insegnanti MI4 con la direzione didattica di Elizabeth Beringer e Mara Della Pergola.

Di questo metodo dice:

Il metodo Feldenkrais mi affascina perchè, anche dopo anni, riesce sempre a sorprendermi!

Per anni frequento corsi e laboratori di teatro, prediligendo il lavoro corporeo.

In uno di questi, condotto da Sabrina Marsili, vengono proposte delle sequenze di movimenti presi dal Metodo Feldenkrais®.

Incuriosita e affascinata da questo innovativo approccio al movimento, mi iscrivo al corso per diventare insegnante e mi diplomò nel 2005. Da allora insegno sia lezioni di gruppo che individuali in varie strutture, organizzo corsi ed eventi con professionisti anche di altre discipline e propongo seminari a tema.

Ho collaborato con varie associazioni locali tra cui: Università della terza età di Ivrea, unione ciechi, studio Logopedia, associazione Nordic Walking di Andrate.

Continuo ad aggiornarmi partecipando ad incontri studio e post formazione.

Sono iscritta all'Associazione Italiana Insegnanti Metodo Feldenkrais (AIIMF) e socia-fondatrice dell'associazione culturale 'spazio UP!'.

Costi laboratorio

95 euro compreso pernottamento e colazione. Per chi non necessita di alloggio il costo è di 75 euro.

Per tutti i seminari occorre tessera associativa di 15 euro, a parte

Informazioni e prenotazioni info@storiadipiazza.it, whatsapp 3200982237