



BIODANZA

UNA FELICE ESPERIENZA PER LA VITA E PER LA SALUTE EMOZIONALE

Biodanza trasforma in positivo gli effetti fondamentali della vita.
Tutte le esperienze di biodanza hanno la finalità di portare ciascuno alla piena realizzazione di sé attraverso speciali momenti che portano a credere alle proprie capacità, ai propri istinti e alla perfezione del proprio sentire.

IL RISVEGLIO DELLE EMOZIONI....



Essere Emozionati

"Il cuore umano grida,
l'anima umana implora
che la si lasci libera;
ma a tutto questo
gli uomini non badano,
perchè non sentono
ne comprendono.
E l'uomo che sente
e comprende
lo chiamano folle
e lo scansano"

da "Le parole non dette" di Kahlil Gibran

Emozionarsi è vita, è la manifestazione più evidente di quanto siamo coinvolti nelle nostre relazioni.

Per questo vivere consapevolmente le nostre emozioni non può che farci bene.

In Biodanza vengono favorite e stimulate tutte le emozioni più integranti e salutari.

Si intendono tutte quelle emozioni (il piacere, il coraggio, la fiducia in se stessi, l'allegria, la tenerezza e la comunicazione sensibile)
in grado di provocare benessere e salute nella sfera globale dell'essere (psicologica, fisica e spirituale).

Attraverso la musica, l'espressione dei gesti più naturali e l'incontro con gli altri, vengono risvegliati tutti i nostri processi vitali,
con un immenso e rapido beneficio in tutte le aree fondamentali della nostra vita.

VIVERE ED ESPRIMERE LE EMOZIONI RENDE LE PERSONE PIU' VIVE, PIU' APERTE E PIU' PROIETTATE VERSO IL BENESSERE !

Per saperne di più: Dott.ssa Elvira Iudica Cel. 3406232731 - Email: elviraiudica@alice.it - www.biodanzaverona.com