

Incontri di Biodanza

VILLA MEDUSA - BAGNOLI

venerdì 7 e 21 novembre e 5 e 19 dicembre 2025 ore 17-19

una pratica nonviolenta di connessione con la vita che utilizza la musica e il gioco per liberare i movimenti più naturali e repressi del corpo: una “poetica dell'incontro umano”

Sempre più diffusa in ambito educativo, clinico, sociale organizzativo, favorisce il contatto con il proprio corpo e con gli altri, aiuta a sviluppare relazioni di qualità basate su gratitudine e affettività spontanee.

Se esercitata con **costanza e gradualità** offre sempre più emozioni positive e aiuta la capacità di concentrazione, rivelandosi spesso molto utile per superare l'ansia. Associata a un percorso psicoterapeutico individuale ne realizza concretamente moltissimi obiettivi.

L'attività prosegue con cadenza quattordicinale al venerdì ore 17-19.

Cosa serve per farla: calzini antiscivolo, abiti comodi, voglia di mettersi un poco in gioco.

Cosa non serve: non occorre assolutamente saper danzare, anzi, è molto adatta a chi non si sente portato per il ballo, ma ha voglia di apprezzare vari generi di musica evocativa o espressiva, rilassante o gioiosa.



Villa Medusa – Casa del popolo. Via di Pozzuoli 110 Napoli (Bagnoli)

Facilitatore: Fulvio Mesolella

Insegnante tirocinante della scuola IBFed-Napoli

 Istruttore sportivo nazionale AICS - ginnastica finalizzata alla salute ed al fitness – metodo biodanza

vi prego di prenotare via sms o whatsapp o telegram su cell. 328 20 28 683

email – fulviomesolella@gmail.com

ulteriori informazioni su www.scarpediem.org

