

Settimanale di Biodanza

EBOLI ogni mercoledì fino al 17/12 2025 ore 19-21



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.

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.



Teatro del Bianconiglio, Via Castello – cappella adiacente ingresso ICATT - Eboli (Salerno)

Facilitatore: Fulvio Mesoletta

Insegnante tirocinante della scuola IBFed-Napoli



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

per informazioni potete contattarmi via sms o whatsapp o telegram su cell. 328 20 28 683

email – fulviomesolella@gmail.com

ulteriori approfondimenti disponibili su www.scarpediem.org

