

# Settimanale di Biodanza VILLA MEDUSA - BAGNOLI



tutti i venerdì fino al 12 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”

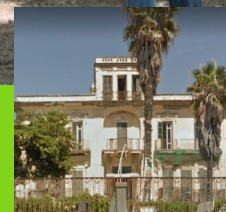
Sempre più diffusa in ambito educativo, clinico, sociale organizzativo, favorisce il contatto con il proprio corpo e con gli altri, aiuta a sviluppare relazioni di qualità basate su gratitudine e affettività spontanee.

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 proposta ha cadenza settimanale: ogni 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 Mesoletta**

**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](http://www.scarpediem.org)**