



**Associazione Italiana Bodymind Integration**

**Insieme a**

**CENTRO YOGA ISHWARA**

ईश्वर योग केंद्र

Yoga e discipline orientali



**MODENA 19 FEBBRAIO 2012**

**Seminario Intensivo**  
**Integrazione Energetica**  
**Cuore Pelvi**

**Integrazione Energetica, Integrazione Cuore-Pelvi:** sono discipline olistiche sviluppate da Jack W. Painter che consentono, utilizzando esclusivamente le proprie potenzialità, di liberare lo psico-soma dai blocchi energetici e favorire un flusso equilibrante ed armonico delle energie vitali. Attraverso questo lavoro è possibile comprendere e superare i blocchi che impediscono una libera espressione del piacere, della sessualità e della creatività. **Integrazione energetica** si occupa di contattare queste tensioni ed emozioni, e di permettere all'individuo, utilizzando il respiro e il movimento, di riconoscerli come appartenenti alla sua realtà e di viverli, tramite un'esperienza corporea. Viene utilizzato il "sentire" come fonte primaria di conoscenza, e si permette al corpo di scaricare tutta la tensione accumulata, restituendo benessere e consapevolezza all'intero essere. **Integrazione Cuore e Pelvi** agisce attraverso il movimento e

la consapevolezza della nostra dualità interiore, maschile e femminile, attraversando la nostra crescita nella fase genitale e nella verifica della sua spontaneità e libertà espressiva.

## **Il seminario**

**La prima parte** Impareremo a respirare in modo tale che il nostro organismo possa sentirsi sicuro, che possa nutrirsi della sua stessa energia e che possa infine scaricare tutta la tensione che lo rende rigido, dolente, contratto e non integrato. **La seconda parte** Sarà focalizzata nel contattare e conoscere le nostre caratterizzazioni (il corpo e il carattere sono un'unità); attraverso il movimento del corpo e la respirazione, favoriremo l'integrazione energetica del corpo/mente e della dualità maschile e femminile.

**Il seminario è rivolto** a chiunque abbia una forte motivazione di conoscere e approfondire le dinamiche energetiche che si muovono all'interno della nostra vita quotidiana; è utile ai medici, agli psicologi, ai counselor, ai fisioterapisti, agli educatori, agli osteopati, ai naturopati ed a tutti coloro che vogliono apprendere le tecniche respiratorie di carica e scarica dell'energia del corpo/mente.

**Conduce: Gilberto Bianchi.**

Responsabile della scuola di formazione in Integrazione Posturale, Energetica, Cuore Pelvi,

---

**NUMERO MASSIMO PARTECIPANTI:** 12

**PER INFO E PRENOTAZIONI:** e-mail [rossellama@hotmail.com](mailto:rossellama@hotmail.com) T.+39 3480310466

**ORARIO:** Domenica 19 febbraio 2012 dalle 09.30 alle 13.00 e dalle 14.00 alle 18.30

**LUOGO DEL CORSO:** CENTRO YOGA ISHWARA Via San Faustino 157/m-Windsor Park- Modena

**ORGANIZZATORI E ASSISTENTI:** Dott.ssa Rossella Malaguti – Annalisa Diacci

[www.bmintegration.it](http://www.bmintegration.it)

[www.integrazioneposturale.org](http://www.integrazioneposturale.org)