

**IL DONO
DEL TEMPIO**
WORKSHOP DINAMICO
A CURA DI DALIA LOTTERO

9 10 11 GIUGNO 2017
RIFUGIO LA SCIVERNA
SASSELLO
WWW.RIFUGIOSCIVERNA.COM

CENTRI ENERGETICI - TERAPIE VIBRAZIONALI - SCRITTURA CREATIVA

**"QUANDO NASCE UN'IDEA
DIAMOLO SPAZIO PER ESPRIMERSI"**



WorkShop Dinamico “ Il dono del TEMP(i)O ”

centri energetici - terapie vibrazionali – scrittura creativa

Ti invito a sperimentare attraverso pratiche di yoga, meditazioni guidate, scrittura creativa, e tecniche di allenamento per gli attori, quanto il nostro corpo e i nostri pensieri possono permetterci o impedirci di agire nella nostra vita e nei rapporti.

Lo scopo non è quello di proporre un corso nel quale venga insegnata una particolare tecnica, ma quello di farti vivere un'esperienza attraverso la sperimentazione di varie tecniche di lavoro sulla crescita personale.

Gli esercizi proposti durante il soggiorno avranno come finalità:

- individuare i nostri centri energetici e delle linee di scorrimento dell'energia nel nostro corpo e illustrare alcuni metodi di autotrattamento
- riconoscere il “tipo psicologico” secondo le teorie di Edward Bach, dando una visione sulle tecniche di terapia vibrazionale e la legge di attrazione

Il laboratorio è aperto a tutti, non viene richiesta nessuna preparazione nelle discipline che verranno utilizzate per lo svolgimento del lavoro.

La sistemazione al rifugio prevede la condivisione di spazi (camere con letti a castello e bagni in comune; vi è la possibilità per chi lo desidera di prenotare stanze doppie con bagno privato-disponibilità limitata), colazione, pranzi e cene verranno consumati assieme in una atmosfera familiare: questo ci permetterà di vivere un'esperienza di condivisione in armonia con il prossimo.

Vi ricordiamo di portare con voi:

- abbigliamento comodo per i laboratori dinamici
- scarpe da trekking o da passeggiata, per esplorare la natura che ci circonda
- tappetino da yoga, se lo possedete
- una coperta personale per i momenti di meditazione
- una pila
- una pennetta USB

Il workshop si attiverà con un minimo di 6 partecipanti

Per info e prenotazioni Dalia 3385498135 - Alessandra 3490968534

Chiusura iscrizioni il 10 maggio 2017

Quando: dal 9 al 11 giugno 2017 (ritrovo venerdì pomeriggio, partenza domenica pomeriggio)

Dove : Rifugio la Sciverna - Loc.tà Bandite 5, 17046 Sassello (SV)

lo abbiamo scelto perché questo è un luogo “magico” dove è possibile staccare dal quotidiano e godersi la natura e i suoi ritmi, dove il cibo è genuino e preparato con amore.

Costi: 255,00euro persona per soggiorno in camera doppia con bagno privato (disponibilità limitate)
245,00euro a persona per soggiorno in camere con letti a castello (consigliato!)

tessera ARCI (obbligatoria per chi non l'avesse già) 10,00euro

pensione completa: si propone durante il soggiorno alimentazione vegana/ vegetariana
(siete pregati di comunicarci eventuali intolleranze e/o problemi alimentari)

Ideazione e conduzione del workshop:

Dalia Lottero

...l'idea di creare questo soggiorno/laboratorio è nata sotto richiesta di alcune clienti e amiche che durante i trattamenti mi chiedevano di approfondire argomenti come "le terapie vibrazionali", "I fiori di Bach", esercizi di ginnastica energetica (qi gong – stretching dei meridiani – tecniche di auto massaggio).

Il mio interesse verso le arti del movimento pone le radici nei 24 anni di studio di danza, classica e contemporanea, iniziato all'età di 4 anni. Dopo la danza sono passata a studiare teatro, presso l'Officina del Teatro del Banchemo di Taggia dove ho avuto la fortuna di poter studiare sotto la guida di molti maestri, attori, registi e scrittori (M.Prayer- G.Parrillo – G. Cascone E. Bonavera– L.Orfeo – R. Aldorasi – G. Bruscoe tanti altri)

Mi interessò di Naturopatia e scienze olistiche dal 2011.

Sono iscritta alla Scuola S.I.M.O Scuola Italiana di Medicina Olistica – Milano, presso la quale ho superato con successo gli esami di Medicina Tradizionale Cinese, Riflessologia plantare I e II livello, Floriterapia di Bach e Nutrizione.

Pratico trattamenti di riflessologia plantare, massaggio olistico, Thai Traditional & Yoga Massage (iscritta alla F.I.T.T.M .)

Il mio più grande obiettivo è non perdere mai la curiosità e la voglia di imparare, la mia grande speranza è di saper trasmettere ciò che i miei maestri hanno trasmesso a me.

In collaborazione con:

Rifugio La Sciverna

www.rifugiosciverna.com



Associazione Cascina Granbego

www.granbego.com

fb:cascinagranbego

