



*Serata di Respiro Consapevole di gruppo a Lugo il **15 Novembre 2017 Ore 20.00***

REBIRTHING



Il Respiro Consapevole è una disciplina che usa il respiro circolare, inspirazione ed espirazione senza pause, per produrre cambiamenti evolutivi nell'individuo, una sorta di "rinascita" (Rebirthing). Il Respiro Consapevole non ha la pretesa di insegnare a respirare, l'apprendimento avviene dolcemente. Inspirazione ed espirazione si alternano ad un ritmo rilassato e intuitivo, finché il respiro interiore, che viene dal Sé, si fonde con l'energia vitale che troviamo nell'aria, cioè il respiro esteriore.

Ti aspettiamo presso LuCworQ Corso Garibaldi n. 55 Lugo

Conduce la seduta **Alessandro Agliana* Rebirther e BioCoach**

Porta con te stuoio, coperta e cuscino.

Contributo spese € 25

*Mi sono formato come REBIRTHING al centro ORION completando il S.U.A. nel 2007 e specializzato alla scuola internazionale di SFERE completando la formazione nel 2008 partecipando inoltre alla formazione avanzata di METAMORFOSI e OSMOSI. Ho completato la formazione di DECODIFICA EMOZIONALE nel 2013 e ho partecipato nello stesso anno, in qualità di assistente, alla formazione per rebirther della scuola SFERE. Sono diventato BioCoach in seguito alle mie esperienze personali, ideando un metodo per facilitare l'evoluzione individuale delle persone finalizzata al raggiungimento e al mantenimento del benessere fisico, mentale ed emozionale. Tengo regolarmente sessioni di REBIRTHING di gruppo e individuali principalmente in Toscana e in Emilia Romagna.

È gradita la prenotazione:

Alessandro Agliana 3291319783 o scrivere a info@lucworq.it