



LuCworQ
spazio aperto

*Serata gratuita di presentazione
del Respiro Consapevole Sistemico
a Lugo il 09 Maggio 2018 Ore 18.30*



Il Respiro Consapevole Sistemico è una disciplina che usa il respiro circolare, inspirazione ed espirazione senza pause, per produrre cambiamenti evolutivi nell'individuo, una sorta di "rinascita". Il Respiro Consapevole Sistemico 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.

Il Respiro Consapevole Sistemico è una disciplina di benessere totale: fisico, mentale, emozionale e spirituale, e non ha nessuna controindicazione.

Ti aspettiamo presso LuCworQ Corso Garibaldi 55, Lugo

**A SEGUIRE BUFFET (OFFERTA LIBERA) E SEDUTA DI RESPIRO DI GRUPPO
PER CHI È INTERESSATO**

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. 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:

Orietta 3427867146 - Alessandro Agliana 3291319783 o scrivere a info@lucoworq.it