

...2012 ADESSO E' IL MOMENTO

elabora

Laboratorio Biacentrico

presenta:

SOGNI , EMOZIONI, DANZA e FELICITA' RIDENTE

Siamo pronti ad offrirvi il Capodanno più sfavillante e rigenerante che possiate immaginare...musica, danza e risate per viaggiare oltre la realtà verso la realizzazione dei propri sogni ...per un inizio 2012 davvero felice!

In compagnia di uno staff unico e imprevedibile!

PROGRAMMA:

Venerdì 30 dicembre

- aperitivo di benvenuto
- BAGNO DI GONG

Sabato 31 dicembre

- prima colazione
- YOGA DELLA RISATA
- pranzo
- BIODANZA
- ricco CENONE a buffet ... fino ai dolcetti della tradizione e al brindisi di frizzanti bollicine!
- SERATA BIODANZANTE celebrando il nuovo anno

Domenica 1 gennaio

- prima colazione
- YOGA DELLA RISATA
- break
- BIODANZA

Abbracci, saluti, prosperità e abbondanza per tutti!



Lo scimpanzé è un animale di potere che rappresenta la parte più istintiva dentro di te, per vivere la semplicità e la curiosità e per esprimere la tua felicità. E' guardiano della porta per l'accesso alla parte più profonda della Madre Terra.

**PER CELEBRARE IL NUOVO ANNO DANZANDO LA NOSTRA REALIZZAZIONE
AMANDO I NOSTRI SOGNI E DESIDERI SCEGLIENDO LA NOSTRA FELICITA'**

www.elaborabrescia.it

Check in venerdì 30 dicembre ore 20.00, check out domenica 1 gennaio ore 17.00 (2 notti)

Il pacchetto include 1 pranzo, il cenone, 2 colazioni e l'aperitivo di benvenuto , pernottamento + tutte le attività . € 290 a persona , infant 0-3 anni gratis, bambino 4-12 anni quota fissa € 90

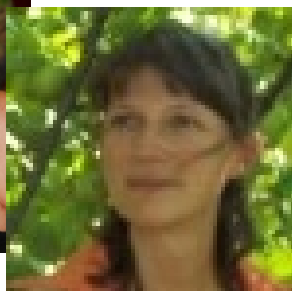
Le iscrizioni : acconto € 100 - saldo € 190 postepay 4023 6006 0610 9215

le iscrizioni entro il 30/11 sono scontate del 10% (260€)

Info: 328 13 23 0 22 Mail: Pierangelo.colombi@biodanza.it

Location : agriturismo Le Preseglie, immerso nel verde dei vigneti nelle immediate vicinanze della Torre di S.Martino della Battaglia a due passi da Sirmione e Desenzano del Garda www.agriturismolepreseglie.com

LO STAFF



PRESENTINI LUCIA Cel. +39 347-1270458 lucia@centrogaja.it

Insegnante titolare, tutor e didatta di Biodanza, Sistema "Rolando Toro"
Coordinatore presso la Scuola di Biodanza di Vicenza, Centro Gaja www.centrogaja.it.
Ha conseguito le specializzazioni in Biodanza e Massaggio, Massaggio vivenciale metodo Maite Bernardelle.

Massaggio intuitivo e tecniche di guarigione, metodo Myriam Sofia Lopez.

Come operatore di Biodanza conduce stages di Biodanza sociale e clinica a Vicenza e regolarmente corsi settimanali per adulti nel Valdarno (AR).

Collabora con vari specialisti in Progetti rivolti al benessere psico-fisico.

Sono **Mariastefania Facchinetti**. 320 83 90 576 <http://mariastefaniafacchinetti.blogspot.com>

Amo la Danza, la Poesia e ... ridere!

Mi hanno insegnato che la Vita è peso, è fatica: solo attraverso un lungo percorso ho scoperto che la Vita è Gioia e che la Felicità è una scelta. Yoga della risata mi aiuta quotidianamente a perseverare in questa mia scelta, nonostante tutto. E ad aiutare altre persone ad essere felici!

Ho realizzato un CD che raccoglie alcune mie poesie ... arrivate dall'Anima: "DONNA: NUCLEO DI LUCE CHE IRRADIA".

Sono Leader certificata del Laughter Yoga International del dr. Madan Kataria.

Mi chiamo **Nicola**. - 328 9686808 (dopo le 16) Email: info@sonosuono.it

Ho da sempre due grandi passioni: la vibrazione sonora, e l'espansione della consapevolezza.

La musica è una parte davvero importante nella mia vita, sia nell'ascolto che nella produzione... davanti ad un pianoforte non posso fare a meno di muovere le mie dita sui tasti e lasciarmi andare.

Ma ancor più della musica, mi attrae il suono. Mi piace sperimentare la possibilità sonora di qualsiasi oggetto e strumento musicale.

Ho inciso due CD, uno di canto armonico e monocordo, e l'altro è un Bagno di Suoni.

Dal 2005 collaboro con Roberto Liradelfo (terapeuta e formatore belga) nella realizzazione di seminari di BIOVOCE.

Ora, oltre all'aspetto artistico, a quello meditativo, sto approfondendo il potere curativo dei suoni e gli studi sulla relazione VOCE-BENESSERE.

Colombi PierAngelo +39 328 13 23 022 mail: Pierangelo.colombi@biodanza.it

Operatore in Biodanza dal 2001, membro del collegio docenti della scuola di Biodanza di Vicenza –centroGaja-

Ha collaborato per la realizzazione di spettacoli teatrali lavorando anche con pazienti psichiatrici introducendo la Biodanza come preparazione .

Specializzato in Biodanza con bambini e adolescenti, Biodanza e Malattie psicosomatiche, biodanza e massaggio.

Conduce stages e gruppi di Biodanza in area sociale e clinica a Brescia e Vicenza, dirige e coordina le attività del laboratorio Biocentrico "elabora".

Attualmente lavora sul progetto integrazione a scuola: "musica, emozioni , movimento"

www.elaborabrescia.it – www.centrogaja.it – www.biodanzaitalia.it

Le attività:

...BALLA CHE TI PASSA



La vita a volte ti porta davanti a situazioni di stallo, momenti durante i quali ci si sente soli, tristi, svuotati, periodi nei quali ti sembra di non riuscire a comunicare e non hai più entusiasmo...allora perché non iniziare a danzare?

La danza è un movimento insito in tutti noi dalla nascita e determina il ritmo che ci accompagna durante la vita.

A volte però questa connessione innata non viene stimolata a sufficienza e rimane latente ma il ballo aiuta a ritrovarla.

Petto contro petto, occhi negli occhi, mano nella mano riuscirai a ritrovare la passione per la vita e l'entusiasmo risvegliando emozioni dimenticate.

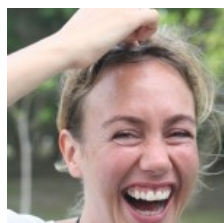
BIODANZA sistema Rolando Toro

Più che un ballo vero e proprio possiamo considerarlo un allenamento che rafforza la capacità di ognuno di affrontare la vita. La musica variano dal pop al jazz, tango, latino, funky, a seconda dell'esercizio e dell'emozione che vogliamo esprimere. La Biodanza mira al recupero della gioia di vivere e si sviluppa attraverso esercizi singoli, di coppia e di gruppo.

Fare un corso o uno stage di Biodanza significa ritrovare se stessi attraverso gli altri in una tribù di amicizia e di amore. www.biodanzaitalia.it



Lucia+39 347-1270458 www.centrogaja.it Pierangelo+39 328 13 23 022 www.elaborabrescia.it



YOGA DELLA RISATA

QUANDO TU RIDI, TU CAMBI.

QUANDO TU CAMBI, IL MONDO INTORNO A TE CAMBIA

Lo YOGA DELLA RISATA è un metodo ideato dal dr. Madan Kataria e supportato da numerosi studi scientifici.

Unisce semplici tecniche di respirazione tratte dall'antica tradizione yogica ed esercizi giocosi per stimolare il riso e il divertimento. La risata, sia indotta che spontanea, porta benefici ad ogni parte di noi: fisica, mentale, emozionale e spirituale.

UNA TECNICA ANTISTRESS FACILE ED EFFICACE CONTRO L'ANSIA, PER IL BENESSERE PSICOFISICO.

MARIASTEFANIA 320 83 90 576 www.yogadellarisata.eu <http://mariastefaniafacchinetti.blogspot.com>

Bagni di GONG

Il sacro Gong È lo spirito che canta, e scioglie le catene della personalità.

» la canzone dell'anima, che manda impulsi evolutivi ai nostri corpi, quello fisico, quello emotivo, quello mentale e quello spirituale, mettendoli sempre più in connessione armonica.

Ascoltare le mille voci del Gong, sentire le sue pulsazioni evocative, lasciare che infinite vibrazioni danzino e fluiscano attraverso i sensi, tutto questo porta forza, pace e guarigione. Come un massaggio profondo e duraturo che accorda il nostro corpo fisico... scordato, troppo spesso costretto e, appunto, dimenticato.



Il Gong È uno strumento antico, di Verità, che gli sciamani usavano già 4000 anni fa per il suo potere straordinario di trasformazione evolutiva.

La leggenda dice che Buddha tornò attraverso il suono dei Gong, che a volte, sembra il canto di una grande OM.

IL GONG, STRUMENTO MUSICALE, STRUMENTO EVOLUTIVO

Nelle mie sessioni usiamo i Gong planetari della PAISTE. Nell'universo dei Gong, sono quelli più costosi, ma anche i più armonici e sonori. Sono accordati sui toni dei pianeti del sistema solare, ognuno agisce in particolare su determinate energie.

i Gong di Nicola

Sole: sviluppare una dinamica forza di volontà; migliorare la vita spirituale; prendere decisioni.

Mercurio: rafforza l'autoconsapevolezza; vedere insieme l'intero e tutte le sue parti; creatività, comunicazione.

Venere: Elevare l'arte e la compassione nelle relazioni d'amore; espandere l'immaginazione e l'abilità a percepire e progettare

Terra Sound Creation: alleggerisce dalle preoccupazioni; connette all'energia universale, all'amore cosmico.

Gong Stagg da 27 pollici in Fa

www.sonosuono.it cell: 328 9686808 (dopo le 16) Email: info@sonosuono.it