



Comune di Forlimpopoli

Antiginnastica e natura: sabato 11 settembre alle 10 allo Spinadello

Si svolge sabato 11 settembre a partire dalle 10 allo Spinadello di Forlimpopoli (in Via AUSA Nuova 741) l'incontro "Antiginnastica e natura. Vestirsi-scoprirsi", che prevede la presentazione del metodo con esposizione dell'opera "SHE" di Cinzia Pominetti.

L'Antiginnastica è un metodo di benessere che permette a chiunque di conoscersi meglio, di appropriarsi del proprio corpo e di abitarlo. Ideata agli inizi degli anni '70 dalla cinesiterapeuta francese Thérèse Bertherat, propone movimenti sottili, precisi e rigorosi che tengono conto dei pensieri, delle emozioni e degli affetti, sempre nel rispetto dell'integrità della struttura corporea. L'Antiginnastica non è una terapia, né un'attività sportiva: l'esperto certificato Antiginnastica conduce le sedute di gruppo senza mai imporre posizioni e senza mai effettuare manipolazioni.

Per partecipare agli incontri presso Spinadello si invita a prenotare presso Marie Rascoussier al 368 253 416

L'appuntamento è tra gli eventi promossi da Spinadello in collaborazione con le associazioni del territorio e realizzato con il patrocinio e il sostegno del Comune di Forlimpopoli, Unica Reti Spa e Fondazione Cassa dei Risparmi di Forlì.

Ufficio stampa Alberto Marchesani comunicazione@tribucoop.it +39.348.7646934

