

# ANIMA IL CORPO

SRITMI® & CON-TATTO



# ANIMA IL CORPO



**5Ritmi®** sono uno stati dell'essere. Ci permettono di contattare ogni parte di noi: fisica, emotiva, spirituale. I 5Ritmi sono delle mappe che ci aiutano a ritrovare la nostra natura più autentica. In ogni session la musica ci porta a vivere un viaggio unico e sempre nuovo.

**Azahara Galan** insegnante Certificada 5Ritmi. La sua passione e il benessere dell corpo, dal 2010 segue la ricerca attraverso la medicina di 5Ritmi. "È un privilegio accompagnare e testimoniare l'arte che tutti noi siamo in movimento" Azahara



**Con-tatto.** L'arte di conoscere e attivare il proprio corpo ponendo attenzione, per andare a scoprire la magica sensazione del con-tatto attraverso l'uso delle mani.

**Monica Bardelli**, gli amici mi chiamano Honi, mi sono avvicinata al mondo olistico per gioco ed ora è la mia passione. Mi metto al servizio delle persone utilizzando le mie mani, accompagnandole a ritrovare benessere fisico mentale e spirituale attraverso il contatto con il proprio corpo.

