

Venerdì 29 marzo 2019

Biodanza in acqua con musica a 432 Hz



Presso Centro "Don Serafino Ronchi" Montichiari (BS)

Biodanza Acquatica è un'estensione di Biodanza realizzata in una piscina riscaldata ad una temperatura di 36.5°. Il rilassamento spontaneo che si verifica immergendo il corpo in acqua calda, unito all'uso di musiche, di esercizi specifici, di danze individuali e di gruppo, rendono la Biodanza Acquatica un'esperienza che consente di ritrovare uno stato di benessere che dissolve tensione e allevia lo stress. Per partecipare ad una sessione di Biodanza Acquatica è necessario avere una pratica minima di Biodanza.

Partecipazione a numero chiuso

Il programma: 20.00 ci incontriamo, 20.30-22.30 Biodanza Acquatica,

Che cosa Portare: un costume, ciabattine, phon, accappatoio; acqua e frutta per il proprio ristoro Come arrivare: via Santa Lucia 32 a Vighizzolo di Montichiari (25018) si raccomanda la puntualità

Per info e iscrizione: Pierangelo (328.1323022)