

ALESSANDRA DE CASTRO

## FOCUSING FEET: I NOSTRI PIEDI

La nostra base di appoggio, le nostre radici: i piedi sono un micro sistema in cui è riflessa l'intera persona. Scopriamoli con lo Yamuna Foot Fitness, la Riflesso Terapia del Piede e tecniche di autotrattamento.

Sabato 9 febbraio 2019  
10:30-13:00  
Lo Studiolo di Spaziocorpo



**Focusing feet: La nostra base di appoggio, le nostre radici: i piedi sono un micro sistema in cui è riflessa l'intera persona. Scopriamoli con lo Yamuna Foot Fitness, la Riflesso Terapia del Piede e tecniche di autotrattamento.**

**Quando:** Sabato 9 febbraio 2019

**Orario:** 10:30-13

**Dove:** Lo Studiolo di Spaziocorpo, Via E. Stevenson 24 (M Bologna - Cortile dei Palazzi Federici – In fondo a sx)

**Costo:** 35 euro

**Per iscriversi** inviare una e-mail a [corsi@spaziocorpo.it](mailto:corsi@spaziocorpo.it) oppure un messaggio su wa al 3407772363;

i posti sono limitati, il corso è aperto a tutti.

**Alessandra De Castro:** laureata in Economia e Commercio (Roma, La Sapienza) e in Scienze Grafologiche (Universite Europeenne Jean Monnet, Bruxelles) da oltre 10 anni inizia un percorso, parallelo a quello intrapreso, orientato alla ricerca di una consapevole armonia del corpo mente spirito. Operatrice Shiatsu iscritta al registro degli operatori della Federazione Italiana Shiatsu Insegnanti Operatori (n.1054), diplomata in Massaggio ayurvedico yoga, Kobido, Riflesso Terapia al Piede metodo H.Marquardt, Visogym. Ha frequentato il programma formativo di Yamuna Save Face ed il training Yamuna Scoliosi&Twist. E' insegnante autorizzata del metodo Fit&Face, del metodo Yamuna Body Rolling e Yamuna Foot Fitness. Ha inoltre approfondito la sua esperienza frequentando corsi di approfondimento di yoga, crescita interiore, consapevolezza corporea. E' Impegnata nel sociale e si occupa di volontariato.