

## 1ο Βιωματικό Συνέδριο

Η ιδέα του συνεδρίου γεννήθηκε στην όμορφη παραλία της Χελώνας στην Κω, πέρυσι τον Δεκαπενταύγουστο. Εδώ, στο νησί του Ιπποκράτη, απέναντι από τη Νίσυρο, σ' έναν τόπο έμπνευσης και πνευματικής ανάτασης, τόπο ιδανικό για να μετουσιωθεί σε πραγματικότητα ένα όραμα. Το όραμα να γίνουν προσβάσιμες σε όλους μας οι τεχνικές θεραπευτικής κίνησης, συμφιλίωσης με όλα τα κομμάτια του εαυτού μας, απελευθέρωσης από τον πόνο, ψυχικό και σωματικό, μέσα από ένα ευχάριστο ταξίδι, ένα μικρό ταξίδι που μπορεί να φέρει τη μεγάλη αλλαγή. Να μας διδάξει ότι δεν έχουμε ένα σώμα αλλά είμαστε το σώμα μας. Δουλεύοντας μέσα από αυτό μπορούμε να γνωρίσουμε καλύτερα τον εαυτό μας, να ανακαλύψουμε κρυφές πτυχές του, τη συνολική μας ύπαρξη. Να φτάσουμε στη συνειδητοποίηση που είναι η βάση για ποιότητα ζωής, καθημερινές στιγμές πληρότητας και χαράς, ίσως και την ευτυχία.

Οι εξελιγμένες τεχνικές θεραπευτικής κίνησης δεν είναι γνωστές στο ευρύ κοινό. Ήταν και είναι κρατημένες για λίγους. Σε αυτό το 1ο Βιωματικό Συνέδριο Θεραπευτικής Κίνησης, Ευεξίας και Χαράς θα μυηθούμε ή/και θα εμβαθύνουμε στο Πιλάτες, την τεχνική Alexander, το Feldenkrais, τη Fascia και τη Σωματοψυχοπαιδαγωγική, το Butoh, τη Yoga και το Διαλογισμό, τεχνικές αποτελεσματικές και ευχάριστες για όλους. Τεχνικές που βελτιώνουν αισθητικά και ουσιαστικά το σώμα, δίνουν άμεσες λύσεις στο σωματικό πόνο, μας αντιμετωπίζουν ολιστικά, προσφέρουν ψυχική ευεξία, αρμονία, χαρά. Δάσκαλοι πιλάτες και yoga, χορευτές, γυμναστές, αθλητές, αλλά και «αγνά» σώματα, άνθρωποι που δεν έχουν δουλέψει με το σώμα τους, άτομα που το επάγγελμά τους απαιτεί σκηνική παρουσία, καλλιτέχνες, δικηγόροι, δημοσιογράφοι, πολιτικοί, άτομα που πάσχουν από σωματικούς πόνους, υπάλληλοι γραφείου, άνθρωποι που κάνουν καθιστική ζωή θα έχουν την ευκαιρία να καθοδηγηθούν από χαρισματικούς δασκάλους και να βιώσουν όλες τις τεχνικές θεραπευτικής κίνησης.

Δουλεύοντας βαθιά με τον εαυτό μας, μέσα από τη συμφιλίωση, μπορούμε να αλλάξουμε, να εξελιχθούμε, να απελευθερωθούμε!

Έναρξη Συνεδρίου: Πέμπτη, 3 Ιουνίου 2010, στις 18.30

Λήξη Συνεδρίου: Κυριακή, 6 Ιουνίου 2010, στις 14.30

### ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ:

Body Control Pilates / Refined Pilates / Hatha Yoga with Sacred Sound / Ashtanga Yoga / Fascia / Σωματοψυχοπαιδαγωγική / Τεχνική Alexander / Feldenkrais / Butoh / Sound Balancing / Διαλογισμός / Ανθοθεραπεία / Ομοιοπαθητική / Fingertips Energising Massage and Shirodhara / Αφηγηματική Τέχνη

### ΔΙΔΑΣΚΟΥΝ:

Jenny Colebourne / Mitsi Pippa / Richard Orbach / Jean Humpich and Team / Ulrike Hassbach Doussis / Ioanna Garagouni / Didi Ananda Utama / Joe Tornabene / Δέσποινα Γρηγορίου / Michelle Dougan / Ναταλί Μενεγάτου / Ευγενία Μηνακούλη / Εύα Μιχαλάκη / Marie Woodward / Μαρκέλλα Καραμαούνα / The Aithra Team / Γιώργος Ευγενικός

ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ: Ναταλί Μενεγάτου, The Secret Place