

RINNOVARSI ALLE TERME DI ISCHIA

Isola di Ischia

Autunno 2024 / Primavera - Estate - Autunno 2025

Seminari con *Cristina Dal Zio*

MOVIMENTO CONSAPEVOLEZZA
DIALOGO BENESSERE RIGENERAZIONE
NATURA GIOIA

Accademia Europea di Euritmia Venezia

in collaborazione con Associazione Spacial Dynamics® Italia



MOVIMENTO CONSAPEVOLEZZA DIALOGO BENESSERE RIGENERAZIONE NATURA GIOIA

nell'Agriturismo *Il Giardino del nonno*, un hotel meraviglioso e assolutamente tranquillo a S. Angelo, paesino di pescatori dell' isola vulcanica di Ischia, nel golfo di Napoli. Il nostro seminario vi offre un' occasione per rigenerarvi e trovare nuove forze. L' isola vulcanica di Ischia è un luogo ideale per ritirarsi, rin vigorirsi e rinnovarsi, in questo periodo difficile.

MOVIMENTO

Il movimento è vita. In ognuno di noi è presente un potenziale di rigenerazione, autoguarigione e benessere. Muovendosi in modo sano si può attingere e attivare questo potenziale. Esercizi e tecniche di movimento individuali o in coppia, facilmente accessibili a tutti, permetteranno di percepire le varie parti del corpo, vivificandole, alleggerendole e sentendole più nostre. Sperimenteremo come, compenetrando lo spazio che ci circonda, seguendo e scoprendo le sue dinamiche e le sue direzioni, ci sentiremo più strutturati, solidi, sicuri e in contatto con noi stessi e ciò che ci circonda. Momenti di movimento insieme, accompagnati da musica, canto, recitazione ci daranno l' occasione di vivere gioia, creare insieme e sentirsi supportati e liberi.

BENESSERE DIALOGO NATURA

Il seminario sarà costellato da passeggiate, quiete e osservazione, immersi nella meravigliosa natura dell'Isola.

Risveglieremo e riarmonizzeremo i nostri sensi con esercizi, pratiche di movimento e di rigenerazione nell'acqua termale.

La sera ci sarà la possibilità di ritrovarsi insieme e dedicarsi a momenti meditativi, di ascolto generativo e dialogo grazie alle indicazioni della Teoria U di Otto Scharmer e cogliere nuove possibilità di relazionarsi.

*“Non mi sono mai rigenerata tanto,
sia fisicamente che psichicamente,
in così poco tempo”.*





IL LUOGO DEL SEMINARIO

L' Agriturismo Hotel *Il Giardino del nonno* è situato in una posizione idilliaca tra montagna e mare, vicino al paesino di S. Angelo e alla spiaggia delle fumarole, raggiungibile a piedi in 5 minuti.

Le piccole costruzioni, dove si trovano le stanze, sono immerse in un giardino terrazzato favoloso, che offre molte occasioni di relax.

Due piscine termali all'aperto con vista sul mare, una grotta termale e una sauna naturale soddisfano il nostro bisogno di calore e movimento.

CRISTINA DAL ZIO

Insegnante e docente di Eritmia, Spacial Dynamics® e Ginnastica Bothmer®, coreografa, danzatrice, condivide con gioia e passione l' arte del movimento con persone di tutte le età in svariati paesi del mondo da ormai più di trent' anni.

È convinta, e il lavoro che svolge da molti anni lo conferma, che muoversi in modo sensato e naturale insieme ad altri sia una grande fonte di salute, gioia e libertà. Con le diverse discipline di movimento a cui attinge, vuole offrire alle persone strumenti per affrontare le situazioni che incontrano e muoversi nella vita, al meglio delle loro possibilità, con consapevolezza.

Cristina Dal Zio



DATE

20 - 26 ottobre 2024 (settimana intera)

23 - 26 ottobre 2024 (fine settimana)

Iscrizione entro il 30 settembre 2024

23 - 30 marzo 2025 (settimana intera)

27 - 30 marzo 2025 (fine settimana)

Iscrizione entro il 30 novembre 2024

20 - 27 luglio 2025 (settimana intera)

24 - 27 luglio 2025 (fine settimana)

Iscrizione entro il 30 aprile 2025

2 - 9 novembre 2025 (settimana intera)

6 - 9 novembre 2025 (fine settimana)

Iscrizione entro il 30 agosto 2025

QUOTA SEMINARIO

- Settimana intera 300 € a persona, portando un'amica/o 400 € per due persone a seminario.
- Fine settimana 200 € a persona, portando un'amica/o 300 € per due persone a seminario.

COSTI HOTEL

Novembre e marzo

- Camera con mezza pensione da 100 a 150 € al giorno a persona.
- Camera in B&B da 70 a 120 € al giorno a persona.

Luglio

- Camera con mezza pensione da 110 a 160 € al giorno a persona.
- Camera in B&B da 80 a 130 € al giorno a persona.

- Il prezzo della camera si intende compreso di entrata alle piscine termali.
- Supplemento camera singola 50 € al giorno.
- È possibile, all'atto di iscrizione al corso, richiedere un servizio di transfer da Napoli all'hotel e ritorno. Il costo è di 60 € a tratta a persona.
- È possibile richiedere, a pagamento, lezioni individuali di movimento (Euritmia, Spacial Dynamics®, Ginnastica Bothmer®).
- Caparra da versare direttamente all'hotel dopo aver effettuato l'iscrizione attraverso i nostri contatti.

Il seminario verrà attivato con un minimo di 6 partecipanti.

È POSSIBILE RICHIEDERE IL PROGRAMMA COMPLETO.

Per informazioni e iscrizioni

T. +39 346 7664453

info@accademiaeuritmiavenezia.it

www.accademiaeuritmiavenezia.it

euve[®]

ACCADEMIA EUROPEA
EURITMIA VENEZIA

in collaborazione con

