

Facilitadora:

Carme Llauradó.

Diplomada en enfermería por la Universidad de Barcelona desde 1980, es especialista en Enfermería de Cuidados Médico-Quirúrgicos además de ser titulada en Resonancia Magnética, Cuidados Intensivos y Medicina Tropical.

En los años 90 se interesó por las terapias japonesas, especializándose en Terapia Tradicional China por CENAC (Centro de Estudios de Naturopatía y Acupuntura) y Shiatsu, Ito-Thermie, Metodo Hinaishin, Sinneitai-Ho y Sokushin-Do en el centro de estudios del Maestro Hideo Asai.

Posteriormente se especializó en Técnicas Psicocorporales para el Desarrollo Humano (Sistema Río Abierto) y en el 2007 realizó un seminario de profundización con la fundadora de esta técnica (María Adela Palcos).

Formada en Terapia Gestalt por el Institut Gestalt de Barcelona y en "Lo corporal" (Formación en Movimiento Expresivo y Técnicas Corporales para la Terapia) con Javier Muro.

Cuerpo y constelaciones. Entrenamiento y experiencia psicocorporal con Frederic Suau y Javier Muro.

Practicante de MLC (Movimientos Liberación Corazas) con Gloria Lerin



Bus: 11,34,36,62,74,96,122,

Metro: Fabra i Puig (L-2), Virrei Amat (L-5), Maragall (L-4)

Renfe Sant Andreu Arenal.

Bicing: Avda.Meridiana/Est.Sant Andreu Arenal i Plaça Virrei Amat

Lugar:

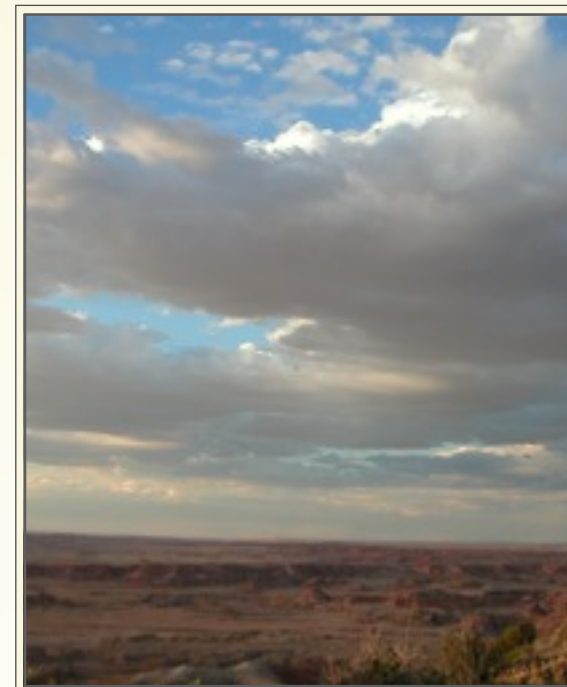
Estudio Lo Corporal de Javier Muro

C/ Riera d'Horta 38, 5º piso

08016 Barcelona

RESPIRA

CURSO - FORMACIÓN



Curso de formación especialmente diseñado para personas que se dedican a o que se forman en el ámbito de la terapia, del movimiento corporal, el teatro, la danza, la salud y la educación para entender los mecanismos de la respiración, los posibles bloqueos respiratorios y los métodos para liberar la respiración.

Curso específico para entender los mecanismos de la respiración, los posibles bloqueos respiratorios y las formas de liberar la respiración.

Se aprenderá la dinámica respiratoria, la musculatura que interviene en la respiración, el funcionamiento del diafragma y las relaciones con otras partes del cuerpo.

Se enseñará cómo hacer un chequeo respiratorio y a observar los diferentes tipos de respiración.

Se mostraran las diferentes tipologías o formas corporales que se pueden desarrollar por un inadecuado modo de respirar y que consecuencias pueden darse.

Se experimentara con ejercicios para desarrollar una forma respiratoria adecuada y también como la experiencia respiratoria nos puede servir como vía de crecimiento emocional y espiritual.

Imprescindible
entrevista previa antes
de inscribirse al curso.



Programa

1. La primera respiración, el contacto con el mundo exterior e interior.
2. La musculatura que interviene en la respiración y que nos permite respirar.
3. El diafragma y su relación con otros diafragmas corporales.
4. La dinámica de la respiración. ¿Cómo respiramos?.
5. El chequeo respiratorio. La toma de conciencia de la propia respiración.
6. Influencias de la tipología corporal sobre la respiración. Identificación de los bloqueos corporales en inspiración y/o espiración.
7. Ejercicios que podemos hacer para respirar mejor.
8. La experiencia respiratoria consciente como vía de crecimiento emocional y espiritual.

Fechas:

Miércoles 11 y 25 abril 2012 de 18:30 a 21:30

Miércoles 9 y 23 mayo 2012 de 18:30 a 21:30

Miércoles 13 y 27 junio 2012 de 18:30 a 21:30

Precio total: 180 euros (los 3 meses)

Matricula: 30 euros (a descontar del importe total)

Información:

Carme. teléfono: 600 466 432