

FELDENKRAIS

## **SCHIENA E STRESS**

Lezioni aperte di metodo Feldenkrais, oggi, domani e giovedì, allo studio Forte Feldenkrais in via Garzilli 25. Caterina Forte terrà gli incontri su *Benessere della schiena: antistress consapevole*. Il Metodo Feldenkrais è «una possibilità di movimento intelligente facile e piacevole, ideale per tutti», assicurano gli organizzatori. Consigliato per chi soffre di mal di schiena e scoliosi, per chi trascorre molte ore seduto, per chi soffre di dolori articolari e per chi vuole migliorare la qualità della propria vita. È possibile prenotare un check-up posturale per valutare la situazione di schiena, articolazioni e struttura muscolare chiamando allo 091321805, 3474163884 o inviando una e-mail all'indirizzo [info@spaziostudiofeldenkrais.it](mailto:info@spaziostudiofeldenkrais.it).