

# **FELDENKRAIS**

## **consapevolezza corporea come pratica filosofica**



**Laboratori teorico-esperienziali a incontro settimanale  
rivolti a tutte le persone interessate alla cura di sé e dell'altro:  
un percorso esplorativo di scoperta di sé attraverso il movimento**

conduce **Paolo Maccagno**

*Cambiare la postura di un uomo equivale a cambiare il mondo.*  
Moshe Feldenkrais

Cambiare il modo di muoversi cambia il modo di relazionarsi con il mondo. Il movimento è relazione e solo nella relazione sentiamo, ci percepiamo e sviluppiamo consapevolezza. Il corso propone un lavoro ispirato al metodo Feldenkrais e integrato con altre consapevolezze corporee: una pratica filosofica attraverso il movimento.

Il programma si articola in incontri settimanali, ogni giovedì (esclusi festivi), per cicli di 4 incontri. È prevista, a richiesta, la possibilità di sedute individuali di integrazione funzionale secondo il metodo Feldenkrais.

### **Calendario 2013 e costi**

Primo ciclo: giovedì 3 - 10 - 17 - 24 ottobre, ore 18.30-20

Secondo ciclo: giovedì 7 - 14 - 21 - 28 novembre, ore 18.30-20

Ciclo di 4 incontri € 60. Numero minimo partecipanti 8, numero massimo 18.

*Per informazioni e iscrizioni scrivere a [info@scuolaphilo.it](mailto:info@scuolaphilo.it), entro 7 giorni dall'inizio di ogni ciclo*

**Paolo Maccagno** è architetto-antropologo-insegnante bfl feldenkrais e analista filosofo in formazione, autore di pratiche di antropologia del paesaggio e di laboratori teorico-esperienziali di educazione all'ascolto e di estetica del movimento organico attraverso il corpo.

**Sede: Philo – Scuola superiore di pratiche filosofiche, via Piranesi 12 Milano**