

## Work-shop di Training Autogeno Inferiore

Il work-shop propone tre incontri durante i quali saranno presentate, con modalità teoriche ed esperenziali, le basi del Training autogeno inferiore e gli esercizi specifici del ciclo inferiore o somatico.

Il Training Autogeno è una tecnica di rilassamento utile per diversi scopi. Tra questi possiamo trovare che è utile per:

- gestire al meglio situazioni di ansia e tensione
- recuperare le energie psico-fisiche, l'efficienza e la concentrazione
- raggiungere un'armonia interiore e affrontare positivamente le varie circostanze della vita
- risolvere problemi psicosomatici (emicrania, disturbi circolatori, disturbi digestivi, insonnia, asma etc...)
- il miglioramento delle prestazioni atletiche e mentali

### Organizzazione del Corso:

Il Corso si svolgerà in tre giorni per complessive 23 ore, nelle seguenti date:

- 29 giugno 2012 dalle 14:00 alle 19:00
- 30 giugno 2012 dalle 9:00 alle 13:00 e dalle 14:00 alle 19:00
- 01 luglio 2012 dalle 9:00 alle 13:00 e dalle 14:00 alle 19:00

· *Numero massimo dei partecipanti: 10*

· *Condizioni di ammissione:* laurea o iscrizione a psicologia, medicina, scienze infermieristiche, tecniche della riabilitazione psichiatrica, fisioterapia, pedagogia, ostetricia e pagamento della quota di iscrizione.

· *Frequenza:* presenza obbligatoria a tutti gli incontri per il rilascio dell'attestato.

· *Certificazione:* al termine del corso verrà rilasciato un certificato di partecipazione.

**Sede:** Via Aurelia, 773, 00165 Roma c/o Centro Congressi ARSO.

### Docente:

· *Dott.ssa Laura Nardecchia*, docente Scuola di Psicoterapia Integrata e Musicoterapia, Psicologo, Psicoterapeuta, Association for Music and Imagery Fellow.

---

*Scuola di Psicoterapia Integrata e Musicoterapia*

*Sede: Via Aurelia, 773 - Roma*

**Costo**

- *Iscrizione: € 20,00*
- *Costo del Corso: € 200,00*

**Modalità di pagamento:** iscrizione entro 15 giugno 2012.

Quota corso entro 29 giugno 2012.

Pagamento tramite bonifico a: Associazione Musilva – c/c N. 4451, Banca delle Marche, ABI 06055 – CAB 03207 – CIN W, codice IBAN: IT63W0605503207000000004451, specificando i riferimenti del corso e la rata (es: iscrizione oppure prima rata).

**Nota:** la quota comprende la frequenza alle lezioni e materiale didattico.

**Iscrizione:** inviare la seguente documentazione:

1. domanda di iscrizione (scaricabile dal sito [www.musilva-spim.it](http://www.musilva-spim.it) nella sezione corsi)
2. copia del certificato di laurea o iscrizione universitaria
3. ricevuta di pagamento della quota di iscrizione al Corso.

**Opzioni per l'invio:**

- e-mail a [info@musilva-spim.it](mailto:info@musilva-spim.it)
- posta ordinaria a: Ass. Musilva, V.le Prospero Colonna, 61 – 00149 Roma.
- Fax 06-55285182

**Termine iscrizione:** 15 giugno 2012.

**Per informazioni:**

[info@musilva-spim.it](mailto:info@musilva-spim.it)

Telefono: 06-55285943

oppure Dott.ssa Laura Nardecchia, 333-9675841