

# RESTITUIRE VITALITÀ AL CORPO

## METODO BARTENIEFF FUNDAMENTALS



Roma, via del Serafico 147  
(Metro Laurentina)



### Incontri settimanali martedì ore 14-16

7-14-21-28 settembre

5-12-26 ottobre

9-23-28 novembre

Incontri individuali su  
appuntamento (1 ora)

Piccoli gruppi anche in  
altri giorni e orari

Prove gratuite

Ciclo intero € 150

Card 6 incontri € 100

Singolo incontro € 25

Alle tariffe va aggiunta l'Iva al 5%



Nei primi anni di vita abbiamo sviluppato un raffinato repertorio di possibilità motorie per soddisfare i bisogni primari, rispondere alle sfide evolutive e comunicare con efficacia. Poi, crescendo, ce ne siamo un po' dimenticati, ci siamo impoveriti e irrigiditi.

I **Fondamentali di Bartenieff** ci aiutano a rivitalizzare, da adulti, i principi e le connessioni che stanno alla base di un movimento sano, fluido, efficace e piacevole. Un approccio integrato al corpo per migliorare le proprie abitudini di movimento e rigenerare l'equilibrio psicofisico. Una tecnica sviluppata negli anni Quaranta, a cui si sono nel tempo ispirate tante altre discipline psicomotorie. La pratica è adatta anche a chi non svolge attività fisica da tempo.

### Info e prenotazioni:

Tel. 392 9053857

[dmtatelier@gmail.com](mailto:dmtatelier@gmail.com)