

Los 5 Ritmos con Alain Allard
de Gabrielle Roth

*Saboreando
el Poder
del Ser*

*Movimiento
hacia la Conciencia*

Barcelona
12 y 13 Mayo 2012

Este taller es una forma ideal tanto para iniciarte como para profundizar en la exploración de las muchas capas de sabiduría y libertad puestas a nuestra disposición a través de la danza de los 5 Ritmos.

Nuestros cuerpos almacenan mucha experiencia que está esperando a ser visitada y puesta en libertad , una vez que focalicemos lo suficiente como para desviar nuestra atención de la cabeza a los pies. Al hacer esto, liberamos nuestra bella expresión creativa, que nos sirve como una meditación de gran conexión y es catalizadora para señalarnos nuestros hábitos y la posibilidad de cambio deseado y crecimiento.

La intención para este fin de semana es saborear el rico mapa de los 5 RITMOS que podremos estudiar en profundidad durante el Programa del Ongoing Group. El segundo año de este Programa ha sido un delicioso y enriquecedor aprendizaje a través un apoyo fuerte y una danza poderosa.

Si estás pensando en participar en el Ongoing Group, o simplemente quieres bailar profundamente en un ambiente acogedor, esta es tu oportunidad para sumergirte. Serás bienvenido.



No necesitas saber bailar, tan solo querer estar en contacto con tu cuerpo y escucharlo.



Alain Allard

Co-director de “Moves Into Consciousness” (“Movimiento para la conciencia”) y profesor asociado del “Centro de 5 Ritmos para Estudios Terapéuticos”.

Su práctica de los 5 Ritmos está enraizada en una sólida disciplina física a través de la danza, las artes marciales y el teatro. Es también psicoterapeuta con más de 20 años de experiencia apoyando y catalizando cambios individuales y grupales en diferentes contextos.

Alain ha enseñado esta práctica durante los últimos 15 años en 20 países diferentes. Siempre es una gran oportunidad contar con su presencia en España.

Alain hablará en inglés y dispondremos de traducción aproximada (no literal) al castellano.

www.5rhythms.co.uk / www.movesintoconsciousness.com

Horario

Sábado 12 de mayo 2012: de 10:30 a 18 h.

Domingo 13 de mayo 2012: de 10:30 a 17 h.

Lugar:

INSTITUT DEL TEATRE

Plaça Margarida Xirgu,

S/N 08004 Barcelona

Precio e inscripción

Pagando antes del 15 de marzo 2012: 180 €, después 200 €.

La **inscripción** se hará efectiva mediante transferencia bancaria de 50 €.

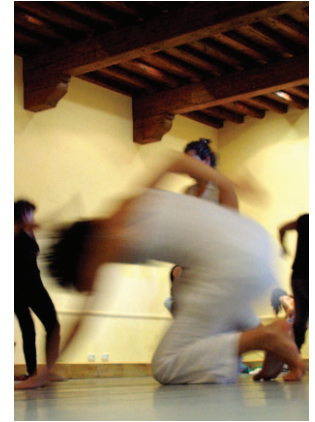
Contacta con Leticia para realizar la inscripción en el tel.: 670 904 004 o en 5ritmos@holodesarrollohumano.com

Ongoing Group

En junio comenzamos el Ongoing Group: **‘El Poder de Ser’, un grupo cerrado de formación continuada** que se compromete a asistir a 4 encuentros de 5 días cada uno durante el período de un año, para **profundizar en el trabajo de los 5 Ritmos.**

Estos encuentros son residenciales y se realizan en la **Finca LA ARENA**, un lugar privilegiado en la naturaleza situado en Villacastín (Segovia), a 1 hora de Madrid.

Si quieres recibir más información, no dudes en contactarnos. Si te interesa realizar el primer nivel del Ongoing y el segundo durante el mismo año pregúntanos por las condiciones especiales de inscripción y alojamiento.



“El movimiento es mi medicina, mi meditación, mi práctica. Todos nosotros hemos nacido para movernos, para entregarnos al ritmo. Son cinco ritmos básicos que forman un mapa hacia el alma de tu ser más profundo.

Puedes encontrar una forma de bailar, tu propia danza. Date permiso, relájate, entrégate. Si no bailas tu danza, ¿quién lo hará por tí?”

Gabrielle Roth.



www.holodesarrollohumano.com

+34 670 904 004

5ritmos@holodesarrollohumano.com