



METAPHYSICAL DANCE

all'insegna dell'armonia

Silhouette flessuosa, gambe affusolate e glutei sodi: se questi sono i benefici estetici che regala la danza. La Metaphysical Dance va oltre, promettendo nuove capacità di espressione artistica. Unisce infatti danza jazz, moderna e contemporanea a tecniche di meditazione guidata che insegnano a prendere contatto con le proprie emozioni ed esprimerle in modo personale, unico.

«Un ulteriore approfondimento della tecnica si trova nel Metaphysical Laboratory», dichiara Deepi Canfora, insegnante di danza, esperta di medita-

zione e ideatrice di questa tecnica, «che sfrutta l'attività fisica per intraprendere un viaggio interiore, finalizzato alla rimozione di quei condizionamenti che ci impongono modelli comportamentali precostituiti che spesso non corrispondono alla nostra vera essenza». Profondo ma piacevole, il metodo è adatto anche a chi non ama la rigidità di certe discipline orientali. Infatti non ci sono schemi o coreografie da seguire.

I vantaggi

Col Metaphysical Laboratory utilizziamo la danza, i colori e i suoni per iniziare un processo di "liberazione" che porta a sviluppare una nuova armonia tra movimenti, emozioni e pensieri.

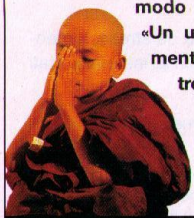


foto Lazzarini