

PRIMAVERA BIOENERGETICA IN PROVINCIA DI BERGAMO
offerta di esperienze gratuite

- **Esercizi bioenergetici** al parco di Montecchio (Alzano Lombardo):
13 e 27 maggio alle ore 18;
- **Conferenze e incontri** presso la biblioteca di Seriate *Bioenergetica: la via del corpo*
La voce del corpo – 17 maggio ore 20.30
Che stress: analisi bioenergetica e ansia, stress e panico – 24 maggio ore 20.30
- **Colloqui gratuiti** a Brusaporto (su prenotazione)

Per informazioni e iscrizioni: Claudio Agosti – 333 5458705 – claudioagosti@yahoo.it



@primaverabioenergeticalombardiapiemonte



PRIMAVERA BIOENERGETICA IN PROVINCIA DI MILANO

offerta esperienze gratuite

Sesto San Giovanni Associazione Camminando, Via Moroni 8, M1 Sesto Rondò.
Classe di esercizi anti stress in pausa pranzo - Mercoledì 24 Maggio, ore 13/14
Chiara Brentan chiarabrentan@gmail.com tel 3480365381

Nerviano via Boccaccio, 4
Classi di esercizi e tre colloqui, su appuntamento
Paola Parini psico.paolaparini@libero.it tel 3398132744

Solaro Corso Europa 16
Colloqui gratuiti, su appuntamento
Erica di Leone ericadileone@gmail.com tel 393 9849025

Legnano
colloqui, classi di esercizi, workshop e conferenze
Patrizia Nicoletti patrizianic@libero.it tel 3383829166

Canegrate
classi di esercizi, conferenze in biblioteca su "Bioenergetica e cura per le disarmonie"
Mercoledì 25 Maggio dalle 20,30
Patrizia Nicoletti patrizianic@libero.it tel 3383829166



@primaverabioenergeticalombardiapiemonte



PRIMAVERA BIOENERGETICA IN PROVINCIA DI MILANO

offerta esperienze gratuite

Sesto San Giovanni Associazione Camminando, Via Moroni 8, M1 Sesto Rondò.
Classe di esercizi anti stress in pausa pranzo - Mercoledì 24 Maggio, ore 13/14
Chiara Brentan chiarabrentan@gmail.com tel 3480365381

Nerviano via Boccaccio, 4
Classi di esercizi e tre colloqui, su appuntamento
Paola Parini psico.paolaparini@libero.it tel 3398132744

Solaro Corso Europa 16
Colloqui gratuiti, su appuntamento
Erica di Leone ericadileone@gmail.com tel 393 9849025

Legnano
colloqui, classi di esercizi, workshop e conferenze
Patrizia Nicoletti patrizianic@libero.it tel 3383829166

Canegrate
classi di esercizi, conferenze in biblioteca su "Bioenergetica e cura per le disarmonie"
Mercoledì 25 Maggio dalle 20,30
Patrizia Nicoletti patrizianic@libero.it tel 3383829166



@primaverabioenergeticalombardiapiemonte



PRIMAVERA BIOENERGETICA IN LOMBARDIA 1

offerta di esperienze gratuite

Saronno

via Carlo Porta 8

Classi di esercizi tutti i mercoledì di maggio dalle 19,30 alle 20,45

Erica di Leone ericadileone@gmail.com tel 3949849025

via Petrarca n. 1 angolo via Piave c/o Casa di Marta

Workshop "Vivere il benessere con la bioenergetica" sabato 6 maggio dalle 10:00 alle 12:00

Workshop "A tu per tu con le proprie paure. Affrontare le paure con la bioenergetica"

sabato 13 maggio dalle 10:00 alle 12:00

Classe di esercizi martedì 30 maggio dalle 19:00 alle 20:00

Erica di Leone ericadileone@gmail.com tel 3949849025

Paola Parini psico.paolaparini@libero.it tel 3398132744

S.Colombano al Lambro (Mi)

classe di esercizi e camminata presso le colline di S.Colombano

Borghetto Lodigiano (Lo) Belgioioso (Pv) e Piacenza

Classi di esercizi e colloqui su appuntamento

Alessandra Zanardi zanardi.alessandra@libero.it tel 3336144415



@primaverabioenergeticalombardiapiemonte



PRIMAVERA BIOENERGETICA IN LOMBARDIA 2

offerta di esperienze gratuite

Dolzago (LC)

Classe di esercizi e conferenza su *"Bioenergia e blocchi energetici"*

Lunedì 8 Maggio, ore 20

Classe di esercizi e conferenza su *"Introduzione alle strutture caratteriali"*

Lunedì 22 Maggio, ore 20

Incontro *"Il Massaggio Bioenergetico dolce o ad ali di farfalla di Eva Reich"* previa iscrizione

Sabato 27 Maggio ore 10:30 - 12

per informazioni: Luca Menti centrospirale@gmail.com tel. 3393539854

Incontro *"Il lavoro corporeo nella terapia di coppia"* previa iscrizione

Giovedì 18 maggio, ore 21:00

per informazioni:

Luca Menti centrospirale@gmail.com tel. 3393539854

Beatrice Cascardo beatrice.psico@gmail.com tel. 3332091662

 Spazio: *alcentrodellaspirale*, Località Cavonio 5, Dolzago LC
www.alcentrodellaspirale.org



@primaverabioenergeticalombardiapiemonte



PRIMAVERA BIOENERGETICA A MILANO ZONA CENTRO - NORD

offerta esperienze gratuite

Parco Sempione, Milano

Classe di esercizi bioenergetici al parco. Sabato 20 maggio, ore 11:30-13:00.

In caso di pioggia, la classe si terrà il giorno successivo (domenica 21 maggio) alla stessa ora.

Alessia Azzini, aleaz@live.com, Tel. 329 4115470; Beatrice Cascardo, beatrice.psico@gmail.com, Tel. 3332091662

Milano, Piazza Aspromonte, 29

Fino a tre colloqui gratuiti (su appuntamento)

Cristina Clemente, criclemente@libero.it, Tel. 3409099307

BioMindful, Milano, Via Garofalo, 10 (zona Piola – Lima)

•Fino a tre colloqui gratuiti (su appuntamento)

•Workshop esperienziale "La fiducia a fiorire di ogni primavera", giovedì 18 maggio 20.30-22.00

Erika Giordano, info@erikagiordano.it, Tel. 3356402919

•Milano, zona Piola-Loreto, fino a tre colloqui gratuiti (su appuntamento)

•Milano, Parco Adriano (zona Crescenzago), tre Classi di esercizi al Parco, giovedì 11-18-25 Maggio dalle ore 19.00

Maria Chiara Ronzoni, chiari_r@virgilio.it, Tel. 3493102260

Milano, via Legnone, 39, fino a tre colloqui gratuiti (su appuntamento)

•Accompagnamento alla gravidanza e dopo la nascita, Giovedì alle ore 11.00

•Due classi di esercizi bioenergetici anche al parco e "Bambini in movimento"

Chiara Laura Appiani, appiani.chiaral@gmail.com, Tel. 328 6315111



@primaverabioenergeticalombardiapiemonte



PRIMAVERA BIOENERGETICA A MILANO ZONA CENTRO- SUD

offerta esperienze gratuite

Studio **Corpo Mente Cultura**, via Francesco Brioschi 45, 20142, Milano.

- Classe di esercizi di Bioenergetica in gravidanza e dopo il parto: dedicata alle donne in gravidanza e alle neomamme, con il loro bambino, se più piccolo di 6 mesi Martedì 9 Maggio ore 11.30- 12.30
- Classe di esercizi anti stress in pausa pranzo. Martedì 23 Maggio ore 13-14.

Chiara Brentan, chiarabrentan@gmail.com, Tel. 3480365381, www.psicologabioenergetica.jimdo.com .

SpazioPsicoterapia, via Bambavara 5, 20144, Milano.

- Fino a tre colloqui (su appuntamento).
- Fino a tre colloqui con donne in gravidanza (su appuntamento)
- Workshop "Il bambino interiore" Venerdì 5 Maggio dalle 19 alle 21

Laura Monacò, laura.monaco@ymail.com, Tel. 348 6498855

Centro studi La Ruota, viale Papiniano 44, 20123, Milano.

- Classe di esercizi i lunedì di Maggio (8-15-22-29) dalle 19.45 alle 21(su appuntamento).
- Fino a tre colloqui (su appuntamento).

Alessia Azzini, aleaz@live.com , Tel. 329 4115470, www.psicoterapiabioenergeticamilano.it .

- Fino a tre colloqui (su appuntamento). **Cecilia Mongini**, cecilia.mongini@hotmail.com, Tel. 3487044781

Parco Sempione, Milano

Classe di esercizi bioenergetici al parco. Sabato 20 maggio, ore 11:30-13:00.

In caso di pioggia, la classe si terrà il giorno successivo (domenica 21 maggio) alla stessa ora.

Alessia Azzini, aleaz@live.com , Tel. 329 4115470 ; **Beatrice Cascardo**, beatrice.psyco@gmail.com , Tel. 3332091662



@primaverabioenergeticalombardiapiemonte



PRIMAVERA BIOENERGETICA IN PIEMONTE

offerta di esperienze gratuite

Borgomanero (No) via Maggiate 45, presso Ayuraura a.s.d

Incontro teorico esperienziale giovedì 4 maggio, ore 21.00-22.30 «Conferenza in calzini/calze antiscivolo»

Erica Bresadola e Cecilia Mongini

Classe di esercizi martedì 9 maggio, ore 19.45-21.00 «Il benessere vibrante»

Erica Bresadola erica.bresadola@tiscali.it tel 3358010041

Colloqui gratuiti su appuntamento

Cecilia Mongini cecilia.mongini@hotmail.com tel 3487044781

Cuneo Spazio Biodiversity, sabato 6 maggio alle 18:30

Conferenza, classe di esercizi - Christiane Franceschini chris.franceschini@live.fr tel 3347583466

Torino via Guastalla 15 **Alba** via Santa Barbara 1

Classi di esercizi al parco, domenica 14 maggio ad Alba e domenica 21 maggio a Torino, ore 15-17

workshop teorico-esperienziale "Accogliere la propria aggressività e liberare l'autoespressione"

sabato 27 maggio a Torino dalle 15.30 alle 18.30 e domenica 28 maggio ad Alba dalle 15.30 alle 18.30

3 colloqui su appuntamento

Elisa Molino marrimolliu@yahoo.it tel 3339164688



@primaverabioenergeticalombardiapiemonte

