Campane del cuore

Docente: Emanuela Montorro

RITROVA IL TUO BENESSERE INTERIORE ATTRAVERSO IL SUONO DELLE CAMPANE TIBETANE

Un percorso di crescita interiore per il raggiungimento di uno stato di benessere totale. Le campane tibetane, con le loro vibrazioni sonore, favoriscono il rilassamento, migliorano l'autostima, eliminano l'ansia e lo stress.
L'esperienza sonora può aiutare a connettere corpo e mente, facilitando un'espressione creativa più profonda.
Attraverso sessioni guidate di respirazione e meditazione, ci si libera dallo stress e dai pensieri quotidiani, concentrandosi sul proprio benessere interiore. Le vibrazioni armoniche delle campane tibetane aiutano a trovare un profondo equilibrio e a sbloccare la propria creatività inespressa.

Corso a numero chiuso: massimo 30 partecipanti

Calendario:
Mercoledì
dalle ore 10.45
alle ore 11.45

Frequenza:
Mensile

Durata:
6 lezioni
dall'11 novembre 2026
all' 14 aprile 2027

Sede:
Villa Cusani-Confalonieri

Aula:
G