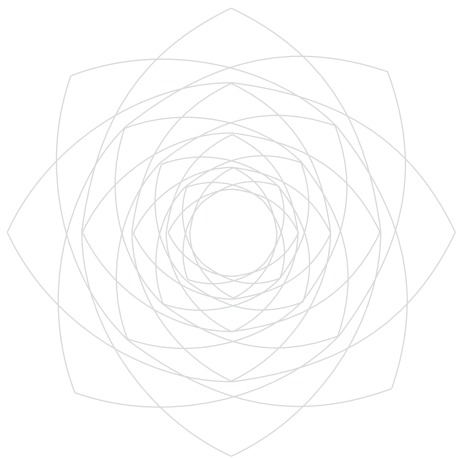


CLASES

Esferokinesis

con Lorena Faraone



Miércoles y viernes / 10 a 11 hs.



Esta disciplina incorpora principios anatómicos y fisiológicos al trabajo con esferas de distintos tamaños. Procura una educación (o reeducación) del cuerpo en movimiento, de sus relaciones con el entorno y con la propia interioridad. El soporte blando e inestable de las esferas amplía la conciencia de las posibilidades del cuerpo y trabaja dificultades o limitaciones físicas y/o posturales.

LORENA FARAONE

Educadora social. Instructora de Pilates con 7 años de experiencia. Formada en Esferokinesis con Silvia Mamana (Arg.). Cuenta con 15 años de práctica de Danza contemporánea. Es instructora de Pilates y Esferokinesis para embarazadas. Formación en Percepción Fascial con Pola Ferrari y Eduardo Sotelo. Experiencia en otras disciplinas corporales como Yoga, Zen Stretching (estiramiento de meridianos)