

ORGANIC MOVE

Warsztat Organic Move to czas wypełniony energią dla ciała, relaksem dla głowy i rozbudzeniem wewnętrznego ducha! Tutaj otworzysz się na nowe! Pozbędziesz się złych nawyków ruchowych i nauczysz pozyskiwać ukryte w Tobie pokłady energii! To najlepsza okazja, by dać sobie 100% uwagi.

W trakcie warsztatów rozładujesz zebrane napięcie i nauczysz się odczytać sygnały, płynące z ciała. Okaże się to prostsze niż myślisz (warsztaty nie wymagają żadnego przygotowania, bez względu na wiek i kondycję!) i będzie zaskakującym źródłem czystej przyjemności ze swobodnego ruchu.

Po warsztacie zyskujesz: - lekkość w ruchu - odpuszczenie blokad - relaks dla głowy - świadomość pracy ze swoim ciałem.

W pełną niespodzianek podróż odkrywania tajemnic ruchu własnego ciała zabierze Was Adam Adamonis – aktor, tancerz i Twórca metody Organic Move, którego możecie znać z serialu „Przyjaciółki”, programu „Taniec z Gwiazdami” i licznych spektakli teatralnych.

W swoich metodach warsztatowych wykorzystuje pogłębioną wiedzę na temat ciała i jego blokad, prowadząc was do zbudowania satysfakcjonującej i świadomej relacji pomiędzy ruchem, a stanem umysłu. Jeśli czujesz, że potrzebujesz się zregenerować, poruszać w zgodzie z tym jak prowadzi Cię ciało i po prostu doświadczać, to jest to warsztat dla Ciebie.

