

# Biodanza® all'Oasi Naturista di Zello

Domenica 22 Giugno 2008  
dalle 11 alle 12.30

con **Monica Ferrari**

costo 16 euro

**Biodanza:** si presenta come una attività che, unendo il movimento alla musica, favorisce l'espressione semplice e autentica delle persone, restituendo una percezione di benessere e senso di pienezza; la si pratica in gruppo con la conduzione di un insegnante che invita i partecipanti, partendo da una dimostrazione, a manifestarsi in una "danza" intesa come "movimento unito all'emozione" che la musica, la gestualità, la stessa presentazione, sollecitano. Una precisa metodologia di insegnamento porta le persone con molta progressività ad entrare, in un modo inedito, in contatto con se stessi e a vivere un'esperienza di gruppo, con una prima parte più attiva e gioiosa seguita da una armonizzante e interiore ...

Il **Naturismo** è una filosofia di vita che ha come fondamento il sentire l'essere umano, con la sua integrità, parte di una natura che prima di tutto rispetta; il sentirsi com-preso nella natura sviluppa il desiderio di potersi spogliare integralmente e vivere un contatto armonioso con il sole, la terra, il mare, i monti, la vegetazione e gli altri esseri umani!

Biodanza è il gesto semplice, carico di spontaneità, di emozione, di vita;  
Naturismo è assumere la nudità come "il mezzo più semplice di essere umano".

La nudità per i naturisti non è un obiettivo in se stesso bensì un modo per aumentare il benessere personale e, di conseguenza, la relazione con gli altri nel rispetto di tutti; in Biodanza si cura l'emergere, in ogni persona, dell'espressione più autentica della propria identità, verso l'accettazione di sé e degli altri e la valorizzazione di tutte le forme di vita.

Sia Naturismo che Biodanza sono praticate da persone di tutte le età, senza alcuna caratterizzazione politica o religiosa. Per accedervi è sufficiente avere il desiderio di rinnovarsi e di sentirsi liberi tra persone libere

Biodanza solitamente non si pratica in nudità. Biodanza in Naturismo è nata dall'incontro di un Naturista e un'insegnante di Biodanza che hanno trovato nelle rispettive pratiche tanti punti in comune e hanno iniziato a muovere i primi passi per la realizzazione di questa unione sentendo che l'una poteva potenziare l'altra.

Biodanza in Naturismo si propone di continuare questo incontro, tra biodanzanti e naturisti, proponendo biodanza in luoghi di naturismo, diffondendo il naturismo tra i biodanzanti ...

Così accade, durante la pratica, che si favorisca nelle persone una condizione di ascolto per sentire quando nasce interiormente il desiderio di togliersi gli indumenti, scegliendo la progressività che ognuno percepisce buona per sé; questo per abbandonare ogni tipo di gesto automatico e assumere la percezione del proprio corpo senza stereotipi.

**Sergio ci riserverà il prato a fianco la tenso-struttura coperta, con la cura di preservare la riservatezza dell'esperienza** (anche alle sessioni non naturiste non è possibile assistere guardando ma solo partecipando!)

**indossare una calzatura comoda e leggera qualora non sia possibile stare scalzi**

**Avere con sé un asciugamano o un telo su cui sedersi in un primo momento per la presentazione.**

Sergio Ferri: **338 8848264**

Per info su Biodanza®: Monica Ferrari **340 3215189** dal pomeriggio in poi

[monica.ferrari@biodanza.it](mailto:monica.ferrari@biodanza.it) - [www.biodanzaitalia.it](http://www.biodanzaitalia.it) - [www.biodanzabologna.it](http://www.biodanzabologna.it)