



RIO ABIERTO

MOVIMIENTO EXPRESIVO PSICOCORPORAL

CUERPOS

20 y 27 abril - 11 y 18 mayo - 1 y 15 junio

Lunes de 18:30-20h

Un espacio de cuidado en el que mover, danzar, expresar y validar lo que nos ocurre y lo que sentimos en nuestro día a día

Flexibilizar e integrar nuestros Cuerpos, físico, emocional, mental, espiritual y energético, como potenciador de la salud, el bienestar y el crecimiento personal

Movimiento Consciente para el cuerpo, mente y emoción

INSCRIPCIONES ABIERTAS

Precio del ciclo : 85€ (Reserva Bizum 35€)



Institut Integratiu

Dansálma



RIO ABIERTO

MOVIMIENTO EXPRESIVO PSICOCORPORAL

CUERPOS

Con una mirada integrativa y psicocorporal que une el beneficio físico y vital con el creativo y expresivo para potenciar el crecimiento personal y el bienestar.

Dirigido a cualquier persona que quiera reconectar con su cuerpo, relajar tensiones y flexibilizar sus movimientos, fluyendo con sus emociones y pensamientos.

El movimiento consciente y la expresión tienen un poder transformador enorme y nos ayudan a desarrollar nuestra pulsación vital:

Cuerpo y Vida - Emoción y expresión -
Consciencia y espiritualidad

Propongo un espacio sin juicio de reconexión con el cuerpo a través del movimiento y la expresión como un camino para el bienestar, el crecimiento personal, el autoconocimiento y el equilibrio físico, mental, emocional y energético



En Institut Integratiu

C/ València, 665-Nave
Barri del Clot-Barcelona

Dansalma



RIO ABIERTO

MOVIMIENTO EXPRESIVO PSICOCORPORAL

CUERPOS

Este espacio es para ti si:

- Necesitas flexibilizar, desbloquear y soltar tensiones para un mayor bienestar.
- Necesitas reconectar con tus sensaciones corporales y emocionales para darles un espacio de expresión y liberación.
- Quieres elegir el cuerpo y el movimiento como vía de conexión, de autoconocimiento y crecimiento personal.
- Reaprender a escuchar las necesidades de tu cuerpo, regular tu sistema nervioso y reconectar con tus recursos internos.
- Reconectar con el sentimiento de pertenencia y de co- regulación que aporta el grupo.
- Necesitas reuperar tu energia vital y generar momentos de disfrute a través de la música y el baile

INSCRIPCIONES ABIERTAS

Inicio 20 abril 2026

Dansalma