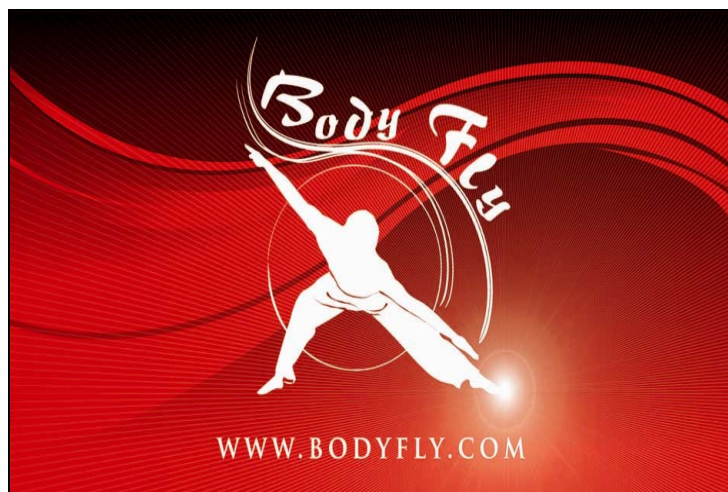


Body Fly *ExperiencE*

formazione e condivisione
31 gennaio - 1 febbraio 2009



BIOFIT Sporting Center – CentroPilota BodyFly
Via Garibaldi 179 - 50019 Sesto F.no (FI) - tel. 055/4200765
SAB ore 9.30 – 19.00 - DOM ore 9.00 – 13,00

Il BodyFly® è una disciplina dalle precise connotazioni olistiche in base alla quale la persona viene considerata nella sua sfera fisica, psichica ed energetica.

Si fonda su un percorso benessere che attraversa 5 Aree tematiche ognuna delle quali presenta protocolli di allenamento incentrati sulla considerazione del corpo quale esclusivo attrezzo di lavoro.

I percorsi sequenziali e le 15 posizioni codificate attuano un legame perfettamente armonico i cui benefici generano nei praticanti una trasformazione positiva in termini di fisicità, di consapevolezza, di equilibrio e di stima personale.

L'incontro è aperto a tutti ed è consigliato a coloro che sono già insegnanti del movimento (terra-acqua), ai danzatori, terapeuti, personal trainer, operatori del benessere. **OBBLIGATORIO** per gli Operatori BodyFly che seguono il **percorso formativo 2008/'09** ai fini della convalida all'insegnamento ed acquisizione crediti formativi.

Saranno inoltre individuate Figure professionali da collocare in **Zone Territoriali LIBERE**.

BODYFLY SYSTEM
di Gennaro Setola
Via Gattoni n 2
61100 Pesaro
www.bodyfly.com
info@bodyfly.com

AGOMENTI TRATTATI:



BodyFly METALLO -

- AREA METALLO – Dalle 4 posizioni ai movimenti fondamentali
- Il Respiro Coniugato
- La Consapevolezza Posturo-somatica
- Il Piede e la sua Anima – L'importanza dell'appoggio podalico
- Rivisitazione Area Tematica METALLO – Percorsi Sequenziali
- Protocolli di Lavoro
- Cambi di direzione e spirali di movimento
- Condivisioni e valutazioni



BodyFly AIR – L'applicazione del metodo alla Soft-Ball



FITBOARD – Il Metodo applicato all'attrezzo Propiocettivo per eccellenza