

# LOMI LOMI NUI

## IL MASSAGGIO DEL CAMBIAMENTO



**Sabato 24 e Domenica 25 Giugno 2017**

Associazione Mente & Corpo - Via di Grotte Portella, 20 - Frascati (RM)

Dalla sommità del capo alla pianta dei piedi ai quattro angoli del corpo.

Il massaggio **Lomi Lomi** è parte integrante della tradizione Hawaiana che lo ha tramandato per intere generazioni. L'essenza di questo massaggio, che può considerarsi un rito, è quella di ricreare l'unione e l'armonia tra il corpo, la mente e lo spirito della persona e l'intero Universo. I quattro elementi, che caratterizzano questa massaggio sono il **RESPIRO**, la **DANZA**, il **TOCCO** e la **MUSICA**; attraverso di essi il ricevente percepisce come un'onda del mare che lo accarezza ritmicamente diventando, al tempo stesso, consapevole dei propri blocchi corporei ed energetici, che l'operatore aiuta, attraverso movimenti fluidi, energici, intensi e tenui ad individuare.

Questo scambio permette un cambiamento che consiste sia nel far fluire l'energia congelata, causata da emozioni disfunzionali ed evidente a livello muscolare e articolare, sia modificando le convinzioni limitanti che sono a monte delle tensioni e dei blocchi stessi.

I benefici di questo massaggio si riscontrano a livello corporeo su tensioni muscolari, sul sistema linfatico, circolatorio e respiratorio; a livello mentale/emozionale agisce sul sistema nervoso, creando un rilassamento contro lo stress e l'ansia e sui blocchi energetici, migliorando il riequilibrio energetico ed emozionale; a livello spirituale perché ricrea un ponte di connessione con il "Tutto" di cui siamo parte.

### **Programma**

**Sabato** > Presentazione del massaggio **Lomi Lomi**: le origini, la tradizione sciamanica Hawaiana, le antiche pratiche di guarigione, ricreare l'armonia tra corpo, mente e spirito. Tecnica e pratica del massaggio in posizione prona.

**Domenica** > Esecuzione di tutta la sequenza di lavoro in posizione prona e supina; ripasso e verifica pratica dell'intero massaggio.

**Orario:** Sabato e Domenica 09.00/13.00 - 14.00/18.00

**Costo:** 250 € (comprensivo di materiale didattico)

**Cosa portare con voi:** lenzuolo o telo da mare, vestiti comodi, asciugamani o copertina, ciabattine, costume da bagno, materiale per appunti.

### **Per informazioni ed iscrizioni:**

**Manuela Zoffoli 334,8274502 - Maria Grazia Rufo 333,6121028**

[manuela.zoffoli@libero.it](mailto:manuela.zoffoli@libero.it)

[mariagrazia.rufo@gmail.com](mailto:mariagrazia.rufo@gmail.com)

**Si prega di confermare la propria adesione con l'acconto di E 50.00 entro il 21.06.2017**