

# Corso di approfondimento MURIABHYANGA-MASSAGGIO ARTICOLARE IN AYURVEDA

con **Stefania Moratti**



Muriabhyāṅga è una tecnica completa di massaggio che agisce attraverso posture passive, dolci e leggere azioni di allungamento, piegamento e torsione su tutte le articolazioni del corpo, dalla testa ai piedi. E' una pratica che richiede sensibilità e grande ascolto, e si svolge nel pieno rispetto delle possibilità articolari dell'altro.

Il lavoro articolare armonizza in particolare Vata Dosa, rendendo tutto il corpo più morbido e rilassato, donando quindi sensazione di completezza ed unità.

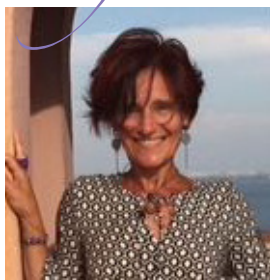
**Il corso è rivolto a tutti coloro che desiderano avvicinarsi alla filosofia Ayurvedica e approfondire o conoscere il trattamento a coppie mirato alle articolazioni e catene muscolari senza uso di olio.**

**29 settembre - 27 ottobre - 17 novembre dalle 10 alle 13**

**COSTO:** 3 incontri 100 euro - Primo incontro 40 euro

**LUOGO:** Sattva Studio, via Sangro 31, 20132 Milano (MM2 fermata Udine)

## Stefania Moratti



*L' amore per la danza e per il corpo sono stati il filo conduttore di tutta la mia vita.*

*Inizio a studiare danza classica all' età di sei anni perfezionandomi successivamente in danza moderna, contemporanea e teatro danza, e così la danza diventa il mio lavoro, oltre alla mia passione.*

*Dedico per anni la mia ricerca all'esplorazione del corpo e alle relazioni naturali del movimento e, dopo la nascita dei miei due figli sento la necessità di trovare uno strumento di integrazione ed educazione del*

*corpo e della mente e mi avvicino alle discipline olistiche ed orientali, allo yoga e alla meditazione, seguendo vari corsi di formazione di massaggio olistico e ayurvedico, dinamica posturale, antiginnastica.*

*Negli anni ho sviluppato il mio lavoro di ricerca in ambito didattico mettendo al centro l'universalità del corpo e l'unicità della persona a partire dall'anatomia umana e dal benessere psico-fisico.*

**per informazioni e iscrizioni: [ste.moratti@gmail.com](mailto:ste.moratti@gmail.com) - 3284514887**