

Lunedì e già senti lo stress della settimana? 🤯

Spesso accumuliamo lo stress nei muscoli e nelle articolazioni senza nemmeno rendercene conto, ma lo sapevi che esiste un modo per "svuotare la testa" e sciogliere le tensioni?

Si chiama Rio Abierto ("Fiume Aperto") ed è una disciplina straordinaria che unisce movimento guidato, ritmo della musica ed espressione creativa 🌊 ✨

Niente specchi, niente giudizi e soprattutto nessuna coreografia rigida da memorizzare: ci si ritrova in cerchio per liberare la vitalità, sciogliere i blocchi fisici ed emotivi e ritrovare il sorriso insieme.

Venerdì h 18.30-19.30

Open Day venerdì 16/10

Info e prenotazione
www.accademicadanza.info
+39 334 583 3521

 **ACADEMICA DANZA**
Artistic Fusion

Rio Abierto

Un fiume di energia

