



I PERCORSI DEL TAO

25 | 26 GIUGNO 2022
MONTESE, MO

heartmind lab

NEI DAN SCHOOL

I PERCORSI DEL TAO

Due giorni immersi nella splendida cornice della Rocca medievale di Montese, a contatto con la natura per arrivare al centro del proprio Essere: dove cuore e mente, razionalità e intuizione si abbracciano. Dove il flusso della nostra energia vitale nutre la vita donando benessere, calma mentale e serenità di spirito.

Venerdì 24

arrivo previsto secondo pomeriggio

CENA

21.30 presentazione *I Percorsi del Tao*

Sabato 25

9-10: *QI GONG TAOISTA*

Risveglio consapevole e respirazione. Stimolare il sistema immunitario con gli antichi esercizi energetici taoisti

Maestro Flavio Daniele

10.15- 11.15: *QI GONG DEI MERIDIANI*

Respirazione consapevole e automassaggio: i 12 meridiani principali del corpo e il fluire della nostra energia

Dott. Gilberto Gori

11.30- 12.30: *TRA TAO E SCIENZA*

Alchimia interiore - I Tre Stadi e i Nove Passi: la via dell'integrazione secondo la scienza medica cinese

Dott. Davide Rubini

PRANZO

15.30-16.30: *TRA SCIENZA E TAO*

La PNEI (Psiche-Neuro-Endocrino-Immunologia): la via dell'integrazione secondo la scienza medica occidentale

Dott. Diego Lanaro

16.45-17-45: *MEDITAZIONE SISTEMICA*

La Via Maestra della MenteCuore: la conoscenza intuitiva e la razionalità. *Sonorità vibrazionali con tamburi sciamanici e campane tibetane*

Maestro Flavio Daniele - Maestro Gianni Iosca

18-19: *MEDITAZIONE SISTEMICA*

La Matrix Vitae: il potere del suono tra le energie dei chakra, gli elementi e l'evoluzione della coscienza.

Sonorità vibrazionali con campane tibetane

Maestro Flavio Daniele - Maestro Gianni Iosca

CENA

21.30: *MUSICA E ARMONIA*

Melodie cellulari e risonanze armoniche: il cuore e le vibrazioni sonore della viola

Concerto di Federica Bettelli, viola da gamba

Flavio Daniele, voce

Domenica 26

9-10: *QI GONG TAOISTA*

Risveglio consapevole e respirazione energetica: l'arte del camminare secondo l'antica tecnica dei monaci taoisti

Maestro Flavio Daniele

10.15-11.15: *TRA SCIENZA E TAO*

Integrazione miofasciale e consapevolezza corporea

Dott. Diego Lanaro

11.30-12.30: *MOVIMENTO INTEGRATO*

Rolfing: antichi esercizi di pratica tibetana

Maestro Andrea Brighi

PRANZO

15.30-17.30: Condivisione esperienziale



Cos'è heartmind lab

Un progetto che unisce il vasto patrimonio delle discipline meditative spirituali, le arti marziali interne dell'antico Oriente con le più avanzate scoperte delle scienze occidentali.

Il laboratorio getta le basi per una nuova forma di benessere basato sulle potenzialità intrinseche dell'essere umano e attraverso percorsi esperienziali organizzati sulle esigenze di vita contemporanee si propone di:

- recuperare il controllo del proprio corpo e il suo potenziale performativo coltivando l'energia vitale
- attivare una relazione armoniosa tra mente e cuore
- imparare a gestire lo stress
- spegnere il "rumore di fondo" che inquina la mente e ci sradica dal qui e ora

ISCRIZIONI

Quota di partecipazione 180,00 €
entro il 18/06/2022 tramite acconto di € 100 c/c postale n°16518425
intestato a NEI DAN School ASD
Via De' Coltelli 21 - 40124 BOLOGNA
o su Banco Posta IBAN: IT86K0760102400000016518425

Causale: Partecipazione Convegno I Percorsi del Tao
Info: Cell. 340 87 15 702
neidanschool@gmail.com

SISTEMAZIONE E PRENOTAZIONE

Pensione completa presso Hotel Belvedere di Montese (MO) a carico del partecipante (camera doppia: € 45, camera singola: € 60)

Al momento della prenotazione inviare una mail cointestata a:
neidanschool@gmail.com
info@belvederealbergo.it
con le date di arrivo e partenza