

Tusciaweb > Cronaca > Provincia,

► ✕

Condividi: [f](#) [t](#) [in](#) [G](#) [W](#) [o](#) [v](#) [p](#) [e](#)



Montefiascone - Laboratorio esperienziale curato da Giulia Imbastoni e Elisa Anzellotti

“Sui passi delle emozioni” con la pizzica



Giulia Imbastoni ed Elisa Anzellotti



Il laboratorio

Montefiascone - (m.m.) - “Sui passi delle emozioni”. Domenica scorsa nelle sale del resort il Caminetto il laboratorio esperienziale curato dalla coach e trainer Giulia Imbastoni con l'insegnante e studiosa di danze Elisa Anzellotti.

L'incontro è nato dall'idea delle due studiose abbinando lo sviluppo dell'intelligenza emotiva alla danza.

Nel caso specifico, in questo laboratorio sperimentale si è lavorato sui ritmi di una danza tradizionale come la pizzica.

“Durante il laboratorio – spiegano Giulia Imbastoni ed Elisa Anzellotti – è stato possibile, da un lato ragionare sui testi di Goleman per aumentare l'autoconsapevolezza emotiva e, dall'altro, sentire le emozioni nel corpo attraverso la danza e trasformarla in energia. In questo modo le persone hanno sperimentato su loro stessi il potere delle emozioni, della presenza mentale e della creatività”.

1 novembre, 2018