

L'AQUILA: UNA GIORNATA DEDICATA ALLA DANZA CON SENSAZIONE DI MOVIMENTO

12 Marzo 2026



A CURA DI
SERENA BOSELLI

Workshops multidisciplinari open level:

- *danza e movimento consapevole*
- *dal sentimento al gesto: "l'Arte dell'Istante"*
- *connessioni ed espressioni creative*

22 Marzo
2026

10:00-13:00 14:00-18:00

ASD Sensazione di Movimento
Via Saragat 110, L'Aquila

INFORMAZIONI
PRENOTAZIONI

+393293756027 (Midia Nazad)

L'AQUILA - "Nel mese di marzo, tradizionalmente dedicato alla valorizzazione dell'universo femminile, una giornata speciale mette al centro il corpo, le emozioni e la creatività".

Domenica 22 marzo, in via Saragat all'Aquila, l'associazione sportiva Sensazione di Movimento, ospiterà Serena Boselli, artista e insegnante di danza orientale pluripremiata e apprezzata a livello internazionale, autrice del libro "Oltre l'Infinito" e ideatrice dei progetti Il Colore delle Emozioni e L'Energia dei 4 Elementi.

Di seguito la nota completa con i dettagli.

L'iniziativa propone un percorso formativo ed esperienziale di sette ore che intreccia danza, pittura e meditazione, offrendo ai partecipanti l'opportunità di dare forma a sentimenti e sensazioni attraverso il movimento e la creatività.

La giornata si aprirà alle 10 con il laboratorio multidisciplinare Il Colore delle Emozioni, in programma fino alle 13. Attraverso movimento consapevole, meditazione guidata e attività artistiche, i partecipanti saranno accompagnati in un'esperienza di ascolto interiore e di espressione creativa, pensata per favorire l'equilibrio psicofisico e una gestione più consapevole della sfera emotiva.

Nel pomeriggio, dalle 14 alle 18, spazio invece al seminario di danza open level L'Energia dei 4 Elementi. Guidati dal ritmo e dal respiro, i partecipanti esploreranno gli archetipi naturali di acqua, fuoco, aria e terra come diverse qualità del movimento e dell'anima: la fluidità, la passione, la libertà e il radicamento.

Un viaggio esperienziale nella danza e nella consapevolezza corporea che invita a vivere il movimento non solo come pratica artistica, ma come strumento di conoscenza di sé e di connessione profonda tra corpo, emozione ed energia.

Per informazioni e prenotazioni 329 375 6027 (Midia Nazad)