



# Biodanza

*Per stimolare i potenziali umani  
attraverso l'uso della musica,  
il movimento e l'emozione*

A cura di:

**Giovanna Cicogna**

*dal 2012 è facilitatrice e tutor presso la Scuola Modello di Biodanza Sistema Rolando Toro di Milano.*

*Ha conseguito le specializzazioni a Milano e a Bologna in "Biodanza per Bambini ed Adolescenti", "Biodanza e il Percorso dell'Eroe", "Biodanza in Natura", "Biodanza e Danze dei Colori Originari", "Biodanza e gli Archetipi Zodiacali", "Biodanza e l'Albero dei Desideri" e "Biodanza e Gerontologia".*

*Conduce corsi per adulti e ha condotto corsi specifici per bambini della scuola primaria e per malati di Alzheimer.*

*Dal 2015 è iscritta al n.41 al Registro Regionale Operatori DBN della Regione Lombardia*

Attraverso l'uso della musica, il movimento e l'emozione potremo a stimolare i potenziali umani: la vitalità e la creatività, il piacere, l'affettività e la capacità di sentirsi parte del mondo.

Il corso di Biodanza propone una serie di esperienze nelle quali dare nuova espressione alle emozioni che spontaneamente amplificano la nostra sensazione di benessere: l'allegria, la gioia, il coraggio, la tenerezza, la passione e la fiducia in se stessi.

Danzeremo esprimendo un movimento spontaneo e connesso all'emozione assieme ad un gruppo accogliente ed amichevole.

Le proposte sono accessibili a tutti, senza limiti di età o esperienza. Non occorre saper ballare, ma solo avere tanta voglia di partecipare!

**ACTIVE**  
ATTIVECOMEPRIMA ONLUS

**DAL 1973 DIAMO SUPPORTO  
A CHI SI AMMALA DI CANCRO  
E AI SUOI FAMILIARI.  
GRATUITAMENTE**

C/O ASST GRANDE OSPEDALE METROPOLITANO NIGUARDA  
Piazza Ospedale Maggiore, 3 - 20162 Milano  
T. +39 02 6889647 - M +39 347 7973639  
e-mail: segreteria@active.org - www.active.org  
C.F.: 10801070151 - IBAN: IT2110306909606100000119752