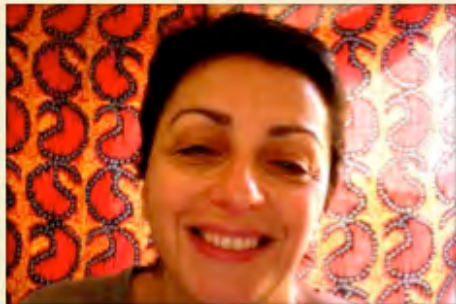


Shashikala F. Menegatti



Vivo a Genova.

Ho vissuto all'estero per circa 12 anni in Grecia, Turchia... nella mia vita in una fase di profondi cambiamenti mi avvicinò alla meditazione ed alla ricerca interiore lavorando molto su me stessa.

Questo mi ha portato a lavorare sul corpo con varie tecniche di massaggio: Olistico, Shiatsu.

Insegno e pratico *Reiki* (*Master Reiki*)

Thay massage - The Wat Po Medical School - Bangkok

Operatrice di Joint Release - Associazione Osho Rebalancing - Italia

Training di Osho Rebalancing - Associazione Osho Rebalancing – Italia

Joint Release

Joint Release è un approccio al corpo proveniente dal metodo Trager, in cui si utilizzano gentili movimenti delle articolazioni.

Un lavoro sul corpo che diventa una danza con l'altro: in questa danza l'altro si ritrova in uno stato libero, soffice, leggero, mentre vive un'esperienza paragonabile a quella che abbiamo vissuto tutti nel grembo materno.

Non appena il corpo lascia andare tensione e paura è possibile ripristinare una più vasta possibilità di movimento.

Joint Release significa appunto "liberare le articolazioni", molto spesso sovraccariche tanto da rallentare i normali movimenti fino quasi a bloccarli e rendere il corpo sempre più rigido.

Per far fluire l'energia nel corpo è necessario che le articolazioni siano rilassate, libere e sciolte.

Durante una sessione di **JR** ci si apre a una nuova consapevolezza: stare in piedi, camminare, sedersi, muoversi e respirare non sono più un fatto meccanico, ma esprimono una diversa qualità del nostro esistere.

In una seduta classica vengono lavorate tutte le parti del corpo, in un modo ritmico e scorrevole. Ogni seduta è individuale e dura più di un'ora.

Ricevo a Genova e in basso Piemonte dando Sessioni di **Joint Release**.

Contattami:

cell. 3481069532

Flaviatulip@yahoo.it