



# Tao ACA Yoga

per l'Armonia  
di Corpo, Cuore, Mente  
e Spirito



Metodo pratico che ha come obiettivo fondamentale l'evoluzione delle persone. Implica un percorso di ricerca interiore, di consapevolezza profonda di sé volta all'armonizzazione del corpo fisico ed energetico, della dimensione emotiva e mentale.

Mediante pratiche meditative si sviluppa la consapevolezza, l'essere pienamente presenti a se stessi e alla realtà.

Questo permette di liberare il corpo da ogni tensione ritrovando la fluidità del movimento, l'equilibrio della postura, la respirazione naturale.

La forza vitale si rigenera.

Le tensioni psichiche gradualmente si dissolvono, fino a liberarci dei condizionamenti negativi ereditati dal passato. Si pongono così solide basi per la realizzazione piena e armonica della propria vita.

## Il Corso si svolge

a partire dal 5 ottobre 2017

ogni giovedì alle ore 19:30

presso Villa Edda

Via Boscone, 110 - Cesena (FC)

### Istruttore: Dott. Massimo Forcellini

Psicologo, Naturopata dell'Istituto Riza, Istruttore Certificato Universal Healing Tao del M° Mantak Chia, Diploma di insegnante di pratiche alchemiche taoiste e Qigong e di Massoterapia antica cinese rilasciati dal Centro Internazionale il Fiore del Tao di Milano, Allievo diretto del Dott. G. Crociati, Istruttore di Tao ACA Yoga, Presidente di hArmony and Love Association di San Marino.

**338 3318038 - forcellinim.dao@gmail.com**

**www.harmonyandlove-rsm.org**

