

**"Una fluida e naturale comunicazione." Equitazione e Metodo Feldenkrais®.**

**ANTONELLA LIOCE**

La vita è relazione. Ad ogni livello della natura le cose accadono solo quando due o più parti interagiscono tra di loro. La vita, la sua evoluzione, i suoi cambiamenti, la sua stessa esistenza è l'esito di un collegamento ed uno scambio di informazioni. Quindi la comunicazione è da considerarsi la linfa di ogni forma vitale. Moshe Feldenkrais, nella sua ricerca ha dato sempre molta importanza al mondo delle relazioni, a partire da una comunicazione semplice e chiara con se stessi.

- Si proporrà una CAM in cui si sviluppa un lavoro su quattro punti: "presenza-spazio-conoscenza-integrazione".
- Un'osservazione vivace sull'agire ed esplorazione delle infinite relazioni.
- Un riconoscimento del proprio livello di apprendimento e di adattamento.
- Unificazione della cooperazione-comunicazione tra le diverse parti che ci compongono: biomeccaniche, fisiologiche, emozionali, sentimentali, propriocettive.
- Un continuo richiamo al "qui ed ora".
- Una comunicazione "facilitante e felicitante".

**Antonella Lioce.** Insegnante del Metodo Feldenkrais dal 2001; vive a Monghidoro (BO) dove ha un proprio studio da 17 anni; collabora in Bologna con professionisti nel campo artistico, sportivo e sanitario. Ha proposto in questi anni vari progetti diversificando sempre l'ambito di applicazione del metodo. Lavora con adulti, ragazzi, bambini. Nell'ultimo periodo ha elaborato un lavoro affiancando il Metodo Feldenkrais al mondo equestre, riportando la propria esperienza in un libro "Il cavallo ed io. Equitazione e Metodo Feldenkrais", 2018, Zoraide Editore.