

# Corso intensivo di movimento Rosen

Insegnante: Aurelia Priotto St. John (Italia)  
Insegnante in formazione: Lene Espensen (Francia)

**dal 28 dicembre 2024 al 1 gennaio 2025**  
**In Italia, presso Cascine Marie - Bricherasio (Torino)**



**"Possiamo sbocciare, possiamo prendere spazio, nella gioia e nella leggerezza. Ogni movimento può essere una danza."**

**Marion Rosen**

*Venite a danzare con noi!*

I movimenti Rosen si praticano senza sforzo e ci permettono di rilassare le nostre posture fisiche ed emozionali. Incoraggiano il respiro libero e naturale, migliorano la flessibilità delle articolazioni e ci invitano ad un'esperienza più profonda di noi stessi.



Aurelia Priotto St. John, Insegnante Senior di Bodywork e Movimento, è responsabile per la formazione del Movimento Rosen in Italia e Francia. Ha ricevuto la formazione direttamente da Marion Rosen in Berkeley. Ha lavorato per molti anni in California, New Mexico and Canada. Nel 2010 Aurelia è ritornata alla sua terra nativa, l'Italia, per portare e condividere la sua passione per il Metodo Rosen.

**Non vediamo l'ora di darvi il benvenuto!**

<https://methoderosen.com/>



## Ulteriori informazioni

### Come agiscono i movimenti Rosen?

Cosa succede quando il corpo lascia andare?

I muscoli si rilassano, si allungano, si espandono e possono apparire le emozioni.

Il movimento del corpo diventa piú libero, il respiro si fa naturale ed emerge una persona nuova, piú completa.

I movimenti Rosen sono gioiosi, semplici e non richiedono sforzo.

Alleviano in modo efficace e graduale le tensioni muscolari e le tensioni croniche.

Favoriscono un'apertura del plesso e del cuore avvicinandoci a noi stessi e agli altri

### Che cos'è un Intensivo di Movimento Rosen?

Questo workshop di 5 giorni è aperto a TUTTI coloro che desiderano ritrovare il piacere del movimento leggero, sicuro.

Durante il corso intensivo si farà l'esperienza di cosa significa preparare il corpo:

- concedergli il tempo per riscaldarsi
- aprire e lubrificare le articolazioni
- eseguire movimenti di allungamento invitando il corpo a prendere piú spazio
- risvegliare l'attenzione e la consapevolezza per avvertire la differenza tra movimenti eseguiti in maniera meccanica e movimenti accompagnati dalla propria presenza
- muovere insieme agli altri, per affinare l'ascolto, trovare un ritmo comune e sostenere la gioia della relazione
- esplorare la curiosità ed espressione e creatività dei movimenti
- ritrovare la pausa tra un movimento e l'altro dando al corpo il tempo di integrare l'esperienza

Questo workshop è valido per la formazione degli insegnanti di movimento Rosen.

Imparerete la teoria dei movimenti del metodo Rosen e come preparare ed animare una lezione di movimento.

Faranno parte del Corso principi e riflessioni di Anatomia.

Sarete incoraggiati a condurre una piccola sequenza davanti al gruppo e a esplorare gli stili musicali per le diverse sezioni di una classe di movimento.

Il processo di apprendimento sarà supportato da cerchi di condivisione che permettono l'espressione di nuove esperienze (emozioni, consapevolezza, ...) e cerchi didattici sotto forma di "domande e risposte".

# Corso intensivo di movimento Rosen

Con Aurelia Priotto St John

dal 28 dicembre 2024 al 1 gennaio 2025 incluso

Il corso inizierà sabato 28 dicembre alle 9.15 e terminerà mercoledì 1 gennaio alle 13.00.

**Lingue:** francese – italiano

**Orario:** 9 h 15 - 15 h 45

**Sede:** "Cascine Marie", Via Avaro, 4 - Cappella Merli - Bricherasio (Torino)

**Prezzo del corso (escluso l'alloggio):** 500 euro

**Alloggio:** Presso "Cascine Marie", Cappella Merli (sede del corso), pernottamento e prima colazione a 20 euro, 6 posti disponibili. È possibile arrivare il giorno prima (da specificare al momento dell'iscrizione). La cucina è disponibile tutta la settimana.

Per prenotare, contattare Maria Baffert via e-mail: [mariabaffert@yahoo.it](mailto:mariabaffert@yahoo.it) (specificare che si è studenti del Metodo Rosen). <http://www.bbcascinamarie.it/>.

Altre possibilità di alloggio: B&B Agrialpi (Strada Roncaglia a Bricherasio), <https://www.agrialpi.com/agrialloggio/> - email: [info@agrialpi.com](mailto:info@agrialpi.com), suite in Val Pellice

**Per tutti gli aspetti pratici e per un elenco di altre possibilità di alloggio:** Contattare Aurelia Priotto St John, e-mail: [aure@synjyn.com](mailto:aure@synjyn.com) o cellulare +39 331-525-6469.

**Pranzo in loco:** Servizio di catering per il pranzo.

**Carpooling:** Volete essere messi in contatto con altri partecipanti? sì  no

**Attrezzatura da portare per il corso:** Tappetino, vestiti morbidi, sciarpa, musica e lettore musicale.

---

## Modulo di iscrizione - Corso intensivo di movimento in Italia dal 28 dicembre 2024 al 1 gennaio 2025

Nome e cognome: .....

Indirizzo: .....

Telefono: ..... Mail: .....

Inviare il modulo a : [methoderosen@gmail.com](mailto:methoderosen@gmail.com), si richiede un deposito di 120 euro da versare tramite bonifico bancario: IBAN FR7610278060310002056190193 - BIC CMCIFR2A. Si prega di specificare "il vostro nome e cognome - movimento dicembre 2024" nell'oggetto del bonifico.

*L'acconto è dovuto se si annulla la partecipazione meno di 15 giorni prima dell'inizio del corso.*

# Questionario per un corso sul Metodo Rosen

Le seguenti domande sono riservate  
e solo gli insegnanti e i loro assistenti ne saranno a conoscenza.

## Corso intensivo di Movimento in Italia dal 28 dicembre 2024 al 1 gennaio 2025

Nome e cognome:.....

Indirizzo: .....

Telefono: ..... Mail: .....

Data di nascita:.....

Come ha conosciuto il Metodo Rosen?.....

.....

Avete mai frequentato un corso di formazione o un workshop Rosen?.....

Dove e quando, con quali insegnanti? .....

.....

Ha ricevuto sessioni Rosen? ..... Quante?.....

Avete frequentato le lezioni settimanali del Movimento Rosen? .....

Se sì, dove e per quanto tempo? .....

.....

.....

.....

.....

Ha seguito altri corsi di movimento o di lavoro corporeo? .....

Quali? .....

.....

.....

.....

Ha seguito altri corsi di formazione sul lavoro del corpo? Quale? .....

.....

Sta seguendo un trattamento medico o psichiatrico? .....

Ci sono altre informazioni sulla sua salute fisica o mentale che dovremmo conoscere (ad esempio, dipendenza da alcol o altro)?.....

Chi posso chiamare in caso di emergenza?

1. .... Telefono: .....

2. .... Telefono: .....

Questo lavoro richiede il coinvolgimento personale dei partecipanti. Iscrivendomi a questo corso, dichiaro di essere responsabile della mia persona, della mia salute fisica e psicologica.

Data: ..... Firma:

# IMPEGNO

## **1. Impegno alla « riservatezza »**

Sono consapevole che il Metodo Rosen è un'esperienza privata e personale per ogni partecipante. Mi impegno a rispettare la stretta riservatezza e la privacy di tutte le informazioni, parole o azioni dei partecipanti.

## **2. Utilizzo del marchio**

Sono consapevole che il marchio e il logo del Metodo Rosen sono marchi protetti e non possono essere riprodotti, copiati o duplicati senza l'espressa autorizzazione scritta dell'Istitut Rosen France.

Solo gli operatori certificati dall'Istituto Rosen e gli studenti di III livello che indicano il loro status possono utilizzare il nome e il logo del Metodo Rosen.

Inoltre, mi impegno a non registrare, filmare o fotografare senza previo accordo.

Data: ..... Firma: