Bodytone

Πλάτωνος 7
Ελληνικό, Αττική 16777
Ελλάδα

Τηλέφωνο: 2109632556

Το bodytone άρχισε να λειτουργεί το 2007 κυρίως ως Studio Pilates και τεχνικών σωματογνωσίας. Από την αρχή πλαισιώθηκε με πιστοποιημένους εκπαιδευτές (με πλήρη εκπαίδευση 550 ωρών τουλάχιστον) στη μέθοδο και με μεγάλη εμπειρία στη διδασκαλία της κίνησης, ιδιαίτερα του χορού. Η προσέγγιση μας στην άσκηση πηγάζει από τον σεβασμό μας στο σώμα του άλλου. Ο τελικός μας στόχος είναι η συνεχής βελτίωση της σχέσης του ασκούμενου με το σώμα του και του τρόπου που ζει μέσα σ’ αυτό. Η συνολική ψυχοσωματική υγεία. Στη διάρκεια της λειτουργίας μας, απευθύνθηκαν σε εμάς άνθρωποι με πολύ διαφορετικές ανάγκες: Επαγγελματίες χορευτές, ΑΜΕΑ, πολυτραυματίες, αθλητές, άνθρωποι με χρόνιους πόνους, αυτοάνοσα και νευρολογικά νοσήματα. Πολύ συχνά, πέρα από την μέθοδο pilates εμπλουτίσαμε το πρόγραμμα του εκάστοτε ασκούμενου με τεχνικές ορθοσωμικής, αναπνευστικές ασκήσεις, τεχνικές οραματισμού της κίνησης και πολλές άλλες. Για συντομότερη και αποτελεσματικότερη αποκατάσταση συνεργαζόμαστε με δίκτυο κορυφαίων ειδικών, γιατρών, φυσικοθεραπευτών κλπ. εφόσον χρειαστεί. Από το πρώτο έτος λειτουργίας του, στο Bodytone (Κέντρο Εκπαίδευσης και δια Βίου μάθησης) έχουν πραγματοποιηθεί πολυάριθμα σεμινάρια χορού και τεχνικών σωματογνωσίας (Musical, σύγχρονος χορός, barre a terre, Qi Qong, Tai-Chi, Yoga, Alexander, Feldenkreis, Fascial Fitness, Fasciatherapy) με κορυφαίους δασκάλους όπως η Άννα Αθανασιάδη (DanceOnStage), ο Δημητρης Τσολακίδης (Flow Taiji Center), ο Γιώργος Μάτσκαρης(Σχολή Μπαλέτου Εθνικής Λυρικής Σκηνής) και πολλοί άλλοι.

Επισκεφθείτε την ιστοσελίδα
Αποστολή Μηνύματος