

Data	Testata	Settore	Periodicità	Formato	Visitatori per mese
08.01.08	Italia Donna	Salute/Benessere	Quotidiano	On line	N. d.

**A PADOVA SI TENGONO SESSIONI GRATUITE DELL'APPROCCIO TRAGER®
Il 9 febbraio 2008 presso la Casa Azzurra**

Sabato 9 febbraio 2008 a Padova, dalle 09.30 alle 17.00, presso la Casa Azzurra - Via Anconitano,1 - si potrà provare una sessione gratuita dell'innovativo Approccio Trager®, una disciplina di educazione al movimento che, grazie all'impiego di movimenti leggeri e per nulla invasivi, aiuta a sciogliere tensioni fisiche e mentali, portando a una sensazione di rilassamento e incrementando la mobilità del corpo.

Simonetta Querzoli, Educatrice Trager®, sarà disponibile, su prenotazione, per far sperimentare i benefici e le sensazioni di profondo benessere dell'Approccio Trager.

Per iscrizioni e informazioni contattare: Simonetta Querzoli tel. 3395770352 e-mail: simonetta.querzoli@trager.it – www.trager.it

Cosa è l'Approccio Trager®:

L'Approccio Trager è una disciplina di educazione al movimento che grazie all'impiego di movimenti leggeri e per nulla invasivi, aiuta a sciogliere tensioni fisiche e mentali, portando a una sensazione di rilassamento e incrementando la mobilità del corpo. L'Approccio Trager è adatto per persone di tutte le età con qualsiasi condizione fisica e apporta benefici al corpo, sviluppando attitudini mentali ed emotive al benessere.

L'Approccio Trager è un valido aiuto per mal di schiena, dolori cervicali e articolari, limitazioni del movimento, stanchezza, ansia, insonnia, ipertensione, disagi fisici ed emotivi e inoltre migliora la funzione respiratoria. L'Approccio Trager può essere praticato solo ed esclusivamente da educatori che abbiano completato il ciclo di formazione stabilito dall'Organizzazione Trager International che è tutelato e controllato dalle associazioni nazionali riconosciute dall'Organizzazione stessa. L'Approccio Trager deve la sua nascita a Milton Trager (1908-1997), medico americano che, dal 1977, si è dedicato esclusivamente all'insegnamento di questa disciplina che è stata diffusa nel corso degli anni dal Corpo Istruttori Trager. Gli Istruttori Trager fanno capo all'Organizzazione Trager International, che ha sede in California (USA) e che raggruppa le Associazioni Trager nazionali di tutto il mondo. L'Approccio Trager è presente in una trentina di paesi in Europa, USA, Canada, Israele, America del Sud (Costarica e Venezuela), Giappone, Africa (Namibia, Egitto) Nuova Zelanda, Australia. In Italia l'unico organo di riferimento per l'Approccio Trager è l'Associazione Trager Italia (ATI), che è membro dell'Organizzazione Trager International.