



## Metodo "Corpo e Coscienza" di G. Courchinoux applicato all'arrampicata

E' una sintesi di diverse tecniche che propone risposte efficaci in ciascuna di queste quattro direzioni:

- Sensorialità: presa di coscienza
- Verticalità: aspetto posturale
- Emotività: aspetto emotivo
- Vitalità: aspetto energetico

Per info:

MARCO SACCHETTI - marco.sacchettivr@gmail.com  
+39 349 4689225

TOMMASO DUSI - tommaso@xmountain.it  
+39 340 1271478

