

## ATTIVITA' DEL METODO GRINBERG

---

**2008**  
**Ottobre**  
**Novembre**  
**Dicembre**

Paola Dalmasso e Serge Dussex  
Insegnanti autorizzati  
del Metodo Grinberg®

---



IL METODO GRINBERG®

Il Metodo Grinberg è un percorso strutturato di insegnamento attraverso il corpo.  
Queste attività sono rivolte alle persone che vogliono acquisire strumenti da utilizzare nella loro vita quotidiana.  
Ogni attività si focalizza su qualità e capacità specifiche e non richiede conoscenze preliminari.

### Corso

---

Il Metodo Grinberg offre diversi tipi di corsi; gli incontri sono settimanali e durano da un'ora a un'ora e mezza per un determinato numero di settimane.

### Workshop

---

Si tratta di un'attività full-immersion di uno o più giorni, in cui si imparano degli esercizi fisici per lavorare su soggetti specifici.

### Gruppo di sviluppo personale

---

Questi gruppi si focalizzano su temi specifici; includono discussioni, descrizioni scritte ed esercizi, per sperimentare uno specifico tema sotto diversi punti di vista. Come partecipanti si diventa consapevoli e si impara a oltrepassare gli ostacoli che impediscono di realizzare i propri desideri.

### **Paola Dalmasso**

[www.ilCorpolmpara.it](http://www.ilCorpolmpara.it)

### **Serge Dussex**

[www.MethodeGrinbergFormation-Serge.ch](http://www.MethodeGrinbergFormation-Serge.ch)

[Sito ufficiale del Metodo Grinberg®](http://Sito ufficiale del Metodo Grinberg®)

[www.GrinbergMethod.com](http://www.GrinbergMethod.com)

---

## Programma (date, orari e luoghi)

---

### Footwork:

#### **Tecniche sui piedi secondo il Metodo Grinberg**

Insegnante: Paola Dalmasso

Due weekends: 18-19 ottobre; 15-16 novembre 2008

Centro Operatori del Metodo Grinberg

Via Cavalli 12 – **Torino**

Info e iscrizioni: tel 011 433 81 75

### Corso settimanale: Movimento - I livello

Insegnante: Paola Dalmasso

Da martedì 28 ottobre 2008, ore 19,30 - 21,00

Centro Operatori del Metodo Grinberg

Via Cavalli 12 – **Torino**

Info e iscrizioni: tel 011 433 81 75

### Workshop :

#### **Essere vitali e dinamici**

Insegnante: Serge Dussex

1 novembre 2008 ore 10 - 19

Centro Operatori del Metodo Grinberg

Lungo Dora Pietro Colletta 129 – **Torino**

Info: cell 348 54 64 003

### Workshop :

#### **Non fatevi consumare dalla rabbia, utilizzatela per raggiungere i vostri obiettivi**

Insegnante: Serge Dussex

23 novembre 2008 ore 10 - 19

**Torino** (la sede sarà comunicata agli iscritti)

Info: cell 366 43 08 071

### Gruppo di sviluppo personale rivolto alle donne:

#### **Riconquistare l'indipendenza senza perdere la propria femminilità**

Insegnante: Paola Dalmasso

Dieci incontri di 3 ore ciascuno

Da giovedì 4 dicembre 2008

Centro Attività del Metodo Grinberg

Via Cavalli 12 – **Torino**

Info e iscrizioni: tel 011 433 81 75

[Seguirà programma attività 2009](#)