

# Embaràs i Part

**Viure l'embaràs de forma espontània i natural**

**Curs d'embaràs i part Seitai 2011- 2012**

**Us proposem un espai i un temps per viure l'embaràs de forma espontània i natural:**

- Escoltar i respectar el desig de la dona, del seu cos, els canvis que es van produint.
- Recuperar l'instint natural en el procés de l'embaràs i el part.
- Comunicar amb els nostres nadons abans i després de néixer.
- Estudiar la naturalesa del ser humà, l'estructura del moviment espontani, Oseis i caràcter corporal.
- Poder compartir l'experiència amb altres embarassades.

**Practicarem:**

**Katsugen**, sentirem l'estat de la nostre CVP (eix Crani-Vèrtebres-Pelvis) estimulant el moviment espontani propi del cos, individualment i en parelles. Desenvolupa les nostres capacitats.

**Yuki**, prestarem atenció al nostre organisme a través de las mans, Yuki a la panxa dirigit al nostre nadó i Yuki en parelles. Ajuda al desenvolupament innat natural o espontani.

**Gyoki**, augmentarem la concentració per captar el Ki, l'energia vital, a través d'exercicis respiratoris.

Curs d'embaràs i part pensat per embarassades i parelles però obert a tothom que vulgui gaudir d'aquest espai/temps.

## **INFORMACIÓ DEL CURS**

**Requisits:** Coneixement bàsic de Seitai

**Cal portar:** Roba còmoda, mitjons i un mocador o tovallola

**Lloc:** Dojo Espaido - Barcelona i Dojo Espaidó - St. Pere de Ribes (segons demanda)

**Horaris:** Barcelona: dimecres de 15,30h a 17h (possibilitat d'altres horaris)

**Cost:** 40€ mensuals (+ matrícula 40€ un cop l'any)

## **IMPARTEIX:**

### **Magda Barneda**

Diplomada en Magisteri per la Universitat de Barcelona (1972); titulada com a mestre de Ioga per la AEPY, Asociación Española de Practicantes de Yoga (1972); Mestre de Seitai per l'escola Seitai Barcelona de Katsumi Mamine (1979); Màster en Psicologia Aplicada amb Metodologia DBM per la Universitat de València (1999); Diplomada en Hipnosi per la Universitat de València (1999).

Porta tota una vida dedicada a l'estudi i observació de la relació entre el cos i la ment. Des del 1968, explora tot tipus d'activitats i pràctiques de salut relacionades amb la integració de la ment en el cos: el Ioga, el Seitai, la Reflexologia, la Programació Neurolingüística, el Developmental Behavioural Modelling (DBM®) i la Hipnosi i Meditació, entre altres. El seu interès en la comprensió del funcionament de l'ésser humà l'ha portat a integrar totes aquestes pràctiques i coneixements en la seva pròpia escola de Seitai; el 1979, al Centre Seitai Cerdanyola i des del 2004 al centre EspaiDo Barcelona.

Actualment coordina cursos, classes i sessions individuals a EspaiDo, un centre on es té cura de la salut des de la capacitat autoreguladora del cos; s'observa i es treballa el moviment espontani per explorar les relacions humanes, l'embaràs i la criança, i acompanyar la vida en totes les seves etapes.

### **Informació i inscripcions**

[info@espaido.com](mailto:info@espaido.com) - 931.931.869 - 655.752.396

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

**Escola de Seitai Espaidó - Cultura de Vida i Salut – Aprenent del moviment espontani**

Barcelona - Sant Pere de Ribes - Pau - Suïssa

T + 34.931.931.869 - 655.752.396 - [info@espaido.com](mailto:info@espaido.com)