

FREE STRETCHING από την ομάδα χορού Φυσαλίδα **www.fysalidance.com**

άλλος ένας 'θεσμός' της φυσαλίδας!

Η Ομάδα Χορού Φυσαλίδα της Γωγώς Πετραλή σας προσκαλεί να τεντωθείτε παρέα μαζί της σε ανοιχτούς δημόσιους χώρους της πόλης ως μια κίνηση ενάντια στο φόβο, την απομόνωση και την αντίληψη ότι τίποτα δεν κινείται χωρίς χρήμα!

Μέσα από τη μαγεία της κίνησης, με απλές ασκήσεις stretching και γυμναστικής και χωρίς πολλά λόγια, επιθυμούμε να έρθουμε πιο κοντά και να γνωριστούμε καλύτερα. Θέλουμε να σκεφτούμε τρόπους για να μπορούμε να αξιοποιήσουμε και να ομορφύνουμε τους χώρους που ανήκουν σε όλους και “ασκήσεις διαλογισμού” για να αγνοήσουμε τα αυτοκίνητα και να φανταστούμε πόσο πιο όμορφη θα ήταν μια πλατεία αν είχε περισσότερα δέντρα για να μαζεύεται εκεί ο κόσμος και να περνάει τον ελεύθερο χρόνο του.

Μετά το 'free stretching', θα ακολουθήσουν ασκήσεις εμπιστοσύνης και θάρρους με στοιχεία Contact Improvisation από τη Γωγώ Πετραλή για όλα αυτά που ζούμε!

Επίσης, καλούμε τους μερακλήδες μουσικούς τη πόλης μας που επιθυμούν να 'τεντωθούν' και να κάνουν παρέα μαζί μας, να ξυπνήσουν νωρίς το πρωί αυτήν την Κυριακή και να μας έρθουν με το καλό!

Ελάτε όλοι να ομορφύνουμε την πλατεία με την παρουσία και την καλή μας διάθεση!

Και συνεχίζουμε να σκεφτόμαστε θετικά και να φανταζόμαστε πόσες όμορφες δράσεις μπορούμε να απολαύσουμε παρέα στα πάρκα της πόλης μας!

Φορέστε λοιπόν τις φορμίτσες σας ή άνετα ρουχαλάκια, τα αθλητικά παπούτσια σας, πάρτε ένα μπουκαλάκι νερό, το καπελάκι και την παρεούλα σας! Πείτε το στον παππού σας, τη γιαγιά σας, τα παιδιά σας, τον κουμπάρο και σε όποιον άλλον θέλετε και ελάτε να γυμναστούμε και να απολαύσουμε τα Κυριακάτικα πρωινά στην πόλη μας!

Η ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΕΙΝΑΙ ΔΩΡΕΑΝ!
ΣΑΣ ΠΕΡΙΜΕΝΟΥΜΕ ΟΛΟΥΣ!

ομάδα χορού Φυσαλίδα

site: www.fysalidance.com

e-mail: contact@fysalidance.com

youtube: <http://www.youtube.com/user/Fysalidance>

facebook: [Fysalida Dance Company](https://www.facebook.com/FysalidaDanceCompany)

Georgia Petrali

Fysalida Dance Company

site: www.fysalidance.com

e-mail: contact@fysalidance.com

youtube: <http://www.youtube.com/user/Fysalidance>

facebook: [Fysalida Dance Company](https://www.facebook.com/FysalidaDanceCompany)

Georgia Petrali