



insegnante:
Monica Marcangeli
(International Senior
Instructor Certificata WABA)

corso di WATSU 1

Watsu 1: un viaggio profondo tra tecnica e armonia!

Il corso di Watsu 1® è il **cuore della formazione Watsu**: il passo fondamentale per imparare le basi, i principi e a spostarsi correttamente in acqua.

Aperto a chi ha già frequentato il modulo Basic o a chi vuole iniziare il percorso da zero, rappresenta il **primo livello** ufficiale di formazione certificata.

Durante questa esperienza intensiva, approfondirai l'arte del movimento in acqua, trasformando i singoli gesti in una **danza fluida e continua**, sostenendo l'altro in maniera armoniosa e senza sforzo.

Sarà un percorso di crescita personale in un **ambiente sicuro e rilassante**, dove l'apprendimento tecnico si fonde con il benessere profondo.

Il corso ha una durata complessiva di **50 ore** (che includono le 16 ore di Watsu Basic e le 34 ore di Transition Flow).

Al termine del corso, riceverai un attestato di partecipazione certificato **WABA**, valido per continuare il percorso professionale in Italia e all'estero.

Cosa imparerai:

Sequenza di Watsu® 1, come entrare nelle posizioni tramite transizioni da una posizione ad un'altra con movimenti fluidi, allungamenti e pressioni.

Dinamica Posturale: imparerai a sostenere e muovere l'altro con il minimo sforzo, proteggendo il tuo corpo.

Connessione: esploreremo il nostro respiro, il "respiro a due" e delle tecniche di centratura e focalizzazione.

Come partecipare?

Durata: corso da 50 ore, 6 giornate

Costo del corso: 620 euro

Costo di piscina e struttura: 200 euro

Dove: Centro Rehabilita, Brescia

Ospitalità: corso non residenziale, alloggio e vitto a propria cura.

Per iscriversi: inviare il modulo di iscrizione e un acconto di 250 euro

Conferma del corso al raggiungimento di minimo 6 partecipanti.

Per iscrizioni e informazioni contattare Monica Marcangeli
cell 338 9860063 – email ilmowatsu@gmail.com