

## **Barbara Parrini, Counselor Salutistico, Naturopata e insegnante Yoga correttivo®.**

Ciò che normalmente viene definita “formazione professionale” per me è sempre stata una vera e propria visione di vita, attraverso la quale cerco di acquisire sempre più le conoscenze per raggiungere professionalità ed equilibrio personale.

Nasco come operatore olistico nel 1989 e fino al 2000 mi sono specializzata in tecniche orientali, ayurveda e medicina tradizionale cinese. Da questa esperienza è nato in me il bisogno di approfondire il senso di consapevolezza. Ho intrapreso quindi gli studi di naturopatia con specializzazione in bio-energetica, e successivamente diventando insegnante di Yoga correttivo®. Spinta dalla curiosità mi sono iscritta ad un corso di yoga (metodo Iyengar).

Affascinata dalla tecnica della precisione delle asana e riconoscendone l'utilità e funzionalità dell'uso degli attrezzi, ho voluto intraprendere il corso di formazione di Yoga correttivo® (tecnica, consapevolezza, respiro, per un movimento intelligente). Da allora lo yoga per me è stato un percorso introspettivo di vita e uno strumento ideale che si integra alla naturopatia per accrescere il proprio stato di salute.

La salute è uno stato di pienezza, vitalità e totalità che comprende il corpo, la mente, le emozioni e l'espressione di sé nel sociale. Dedicare tempo e spazio all'ascolto della persona è diventato il mio lavoro, effettuando consulenze personalizzate, corsi, seminari e conferenze, con particolare attenzione alle problematiche relazionali ed emozionali.

*Mi troverete al Be.Yoga Studio Olistico, via Fiorentina 443, AREZZO, in questi orari:*

### **LUNEDÌ - MERCOLEDÌ - VENERDÌ**

Dalle 9.00 alle 10.30

### **MARTEDÌ - GIOVEDÌ**

Dalle 19.30 alle 21.00

### **SABATO**

Dalle 11.45 alle 12.45

Contatti:

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

[www.be.yoga-studio.com](http://www.be.yoga-studio.com)

[barbara.parrini@hotmail.it](mailto:barbara.parrini@hotmail.it)

<http://www.naturopatiaelena.com/elena/>