

## 4° SEMINARIO DI FORMAZIONE AVANZATA PER INSEGNANTI FELDENKRAIS® A CHIUDUNO (BG)

**24/25/26 APRILE 2026**

Presso la palestra del Centro Anziani, Parco Alpini – Via Rili, 3

### **PREGO, SI ACCOMODI!**

Quali azioni quotidiane possiamo rendere più efficienti da seduti?  
Quali abilità di movimento hanno bisogno di sviluppare o migliorare i nostri allievi?  
Perché è utile e importante migliorare il nostro rapporto con la sedia?

In questo seminario esploreremo varie possibilità di movimento funzionale con proposte concrete di attività pratiche applicabili in vari contesti lavorativi per rispondere ai bisogni dei nostri utenti.



Seminario condotto da  
**SONIA AMICUCCI**  
Assistant Trainer  
MPS Competency Facilitator Trainer

Cel. 328.0855265  
[info@soniafeldenkrais.it](mailto:info@soniafeldenkrais.it)



Organizzato da  
**ELEONORA BENICCHIO**  
Insegnante Feldenkrais  
Neuropsicomotricista, Consulente pedagogica

Cel. 347.6933120  
[me.benicchio@gmail.com](mailto:me.benicchio@gmail.com)

### 3 GIORNI DI STUDIO CONDIVISO PER ...

- Scoprire nuovi e affascinanti programmi di lezioni da insegnare ai propri allievi
- Chiarire processi di CAM e IF già noti
- Sviluppare l'abilità di osservare, ascoltare e poi agire
- Creare nuove visioni e nuove prospettive professionali
- Condividere le proprie esperienze lavorative con i colleghi - dialogo professionale tra pari
- Non ultimo... migliorare la propria auto organizzazione ed efficienza!



### DALL'APPRENDIMENTO ALL'INSEGNAMENTO: ATTIVITA' PRATICHE PER DIVERSI CONTESTI E TIPOLOGIE DI UTENTI

- Migliorare le comuni azioni quotidiane
- In occasione di presentazioni pubbliche del Metodo Feldenkrais
- Nei casi di difficoltà motorie o neurologiche dei nostri utenti
- Per facilitare le donne nel periodo della gravidanza
- Come mezzo di aiuto immediato in caso di emergenza... e molto altro.



**ISCRIZIONI ENTRO IL 15 APRILE 2026**

COMPILA IL FORM

<https://forms.gle/HQsh5Dv55Xju6ygm6>

## INFORMAZIONI

### QUOTA DI PARTECIPAZIONE € 200

### QUOTA RIDOTTA € 170

Riservata agli Insegnanti che hanno partecipato ad uno dei seguenti eventi: 3° seminario di Chiuduno nel 2025 / seminario Apprendere per Insegnare CAM nel 2026 / 5° seminario AIIMF per Neo Insegnanti nel 2026.

### MODALITA' DI PAGAMENTO

- Ricarica Postepay n. 4023 6013 8935 1867 intestata a Sonia Amicucci - Non serve causale
  - Altrimenti: tramite Paypal sull'account [paypal.com/paypalme/soniaamicucci](https://www.paypal.com/paypalme/soniaamicucci)  
Non serve causale
- Per altre modalità vi prego di contattarmi.

### ORARI

VENERDÌ 14.30/18.30 -- SABATO 10/18.30 -- DOMENICA 9.30/15.30

### COSA CI OCCORRE

- Ciascun partecipante è tenuto a portare tutto il necessario per le lezioni di CAM e IF, accordandosi con i colleghi.
- Per favore indicate nel modulo quali materiali potete portare.
- Al nostro arrivo creeremo una piccola cassa comune per bevande/snack delle pause.

### COME RAGGIUNGERE LA SEDE

**In treno:** ogni ora da Bergamo in 18 min; da Brescia in 35 minuti.  
5 min. a piedi dalla stazione di Chiuduno

**In auto:** Chiuduno si trova a circa 15 km a est di Bergamo ed è raggiungibile con comoda superstrada o autostrada, con uscita Grumello in direzione Brescia.  
Comodo parcheggio vicino alla sede.

**In aereo:** Airport Bus è l'autobus che collega l'Aeroporto Internazionale di Orio al Serio con la stazione di Bergamo – tutti i giorni, con corse ogni 20 minuti. Da lì, treni per Chiuduno ogni ora, in 18 minuti.  
<https://atb.bergamo.it/altri-servizi/servizi-turistici>

