

Ho iniziato, prima di tutto, a lavorare su di me.
Ho imparato a entrare in contatto con le mie emozioni, a riconoscerne la potenza e a esprimerle.
Mi sono liberata di tanti pesi che avevo portato per tutta la vita: ho imparato a dire “no” senza sentirmi in colpa, e a dire “sì” con un cuore aperto.
Questo percorso, profondo e coraggioso, è diventato la mia professione.

Mi chiamo **Sabrina Di Pasquale**, mi occupo di **counseling a mediazione corporea** e **conduco classi di Movimento Bioenergetico**.

Sono formata presso la S.I.A.B. (Società Italiana di Analisi Bioenergetica) e la S.I.M.B.A. (Società Italiana Movimento Bioenergetico) iscritta al CNCP.

Lo strumento principale che utilizzo è il **Movimento Bioenergetico**, con il quale aiuto le persone a entrare in contatto con il proprio respiro – vera porta d'accesso alle emozioni – e con le contratture muscolari che si sono formate nel tempo come risposta o compromesso con l'ambiente esterno.

Diventare consapevoli di **come ci muoviamo nel mondo** ci aiuta a essere **più liberi** e, perché no... anche **più felici**.



Prova Esperienziale Gratuita del Movimento Bioenergetico ed Espressione del Sé



Sabato 20 settembre 2025 – Ore 16:00-18:00

📍 Via Attio Labeone, 48 – Roma (Quartiere Tuscolano)

🚇 Metro A – fermata Porta Furba

☎ Prenotazioni: 348 335 0057

✉ saba.bioenergetica@gmail.com

Abiti comodi e calzini antiscivolo



« La vita di un individuo è la vita del suo corpo. Poiché il corpo vivente comprende la mente, lo spirito e l'anima, vivere la vita del corpo significa avere una vita mentale, spirituale e sentimentale piena. »

Alexander Lowen,