

**CONTATTI PROF.SSA MARIA CORGNA/NETWORK PNEI4U**

**STUDI ROMA**

Via Portuense, 476 – 00149  
Circ.ne Clodia, 129 - 00195  
Tel 06 6573402 - Cell. 392 9529821  
segreteria@pnei4u.com

**STUDIO MILANO**

Viale Vittorio Veneto, 10 (Centro Meid) - 20124  
Tel. 02 36521064 - cell.347 3204286  
centromeid@centromeid.com

**STUDIO PARMA**

Via Galileo Galilei, 9 - 43126  
Telefono: +39 0521.284935  
Fax: +39 0521.385328

**EVENTI PNEI4U:** Cell 347 5223953  
antonella.nacci@pnei4u.com



[WWW.MARIACORONA.IT](http://WWW.MARIACORONA.IT)  
[WWW.PNEI4U.COM](http://WWW.PNEI4U.COM)  
[WWW.PNEISYSTEM.COM](http://WWW.PNEISYSTEM.COM)

[INFO@MARIACORONA.IT](mailto:INFO@MARIACORONA.IT)  
[INFO@PNEI4U.COM](mailto:INFO@PNEI4U.COM)

SEGUICI ANCHE SU:



# Pneisystem Equilibrium Dance®

IL PIU' AVANZATO METODO DI CURA E BENESSERE  
ATTRAVERSO LA DANZA.

**Pnei4dance®** è una metodologia innovativa incentrata sulla moderna Psicologia Energetica che consente non solo di velocizzare l'apprendimento delle tecniche di ballo ma punta contemporaneamente all'ottimizzazione del benessere psico-fisico e al superamento dei diffusi stati ansioso depressivi, insicurezze, mancanza di autostima, timore del giudizio.

I cambiamenti dello spazio interno e della percezione del proprio corpo si riflettono sulla qualità del movimento ( indipendentemente dal livello tecnico ) e si rivelano indispensabili per la salute.

Verranno insegnate tecniche di gestione dello stress, respirazione ed ingresso a livello alfa cerebrale per una ottimale preparazione psicofisica alla danza.



DANZE CARAIBICHE

DANZE ARGENTINE

DANZE STANDARD

DANZE LATINE

Nella danza si alternano lo Yin e lo Yang.  
Yin: introspezione, contatto con se stessi e con la terra, comunicazione con il partner.  
Yang: estroversione, carica energetica, ritmo e adrenalina.

Le classi saranno tenute da:

Prof.ssa Maria Corgna, medico chirurgo, specialista in endocrinologia e malattie metaboliche, Docente ed esperta di Psiconeuroendocrinoimmunologia, ideatrice della metodologia Pnei4u/Pneisystem e coach del benessere.

M° Francesco Sgura, coreografo e danzatore avviato alla professione dall'Accademia "Principesse Grace" di Montecarlo e perfezionato al Teatro dell'Opera di Roma. Insegnante di danze standard, latino americane, balli caraibici e tango argentino.