

image not found or type unknown



El poder del yo

Moshe Feldenkrais

Fecha de publicación:
03/03/2015

El objetivo del método Feldenkrais es organizar el movimiento del cuerpo con el mínimo esfuerzo y la máxima eficacia, a través de la práctica consciente

Sello Editorial:
Ediciones Paidós

El pasado puede constituir el fundamento de un futuro creativo. Para eso, necesitamos comprender el papel de nuestros hábitos e impulsos en el bienestar del cuerpo y la mente. Moshe Feldenkrais, consciente de la importancia de una correcta educación postural, nos propone en este libro una serie de movimientos y técnicas para relajar nuestras tensiones musculares y explorar con naturalidad todas las facultades de nuestro cuerpo.

Contacto de prensa

Nombre: Paloma
Cordón

Teléfono: 93 492 86
33

Email:
pcordon@planeta.es

Moshe Feldenkrais

Moshe Feldenkrais fue el creador de un famoso método para mejorar la salud y elevar la conciencia sensorial

Obtuvo su doctorado en Ciencias Físicas en la Universidad de la Sorbona en París, donde también trabajó en el laboratorio del Premio Nobel Frédéric Joliot-Curie.

Profesional del judo, a causa de una grave lesión en la rodilla creó una revolucionaria manera de experimentar con el cuerpo y utilizar el movimiento para mejorar el funcionamiento total del ser humano. Desde los años 50, se dedicó exclusivamente al desarrollo de su técnica, para después enseñarlo.