



Ente di Formazione Professionale  
per Operatori Olistici



FORMAZIONE  
CONSAPEVOLEZZA  
TRASFORMAZIONE

*"Armonizza  
i tuoi centri energetici  
e lascia fiorire  
la tua vera essenza"*

*"Quando i Chakra  
sono in armonia,  
la nostra energia scorre  
libera e la vita torna  
a fluire con naturalezza."*



# CHAKRA REBALANCING

## 1° MODULO

*Un viaggio di conoscenza, equilibrio e trasformazione*



**26 - 27**  
**SETTEMBRE 2026**



**SEDE CORSO**  
Via dell'Arcoveggio, 49/7  
Bologna  
e contemporaneamente  
in diretta online  
piattaforma Zoom



**ORARI**  
10.00 - 19.00  
con pausa pranzo  
e 2 break  
in entrambe  
le giornate



**CONTRIBUTO**  
**€ 198**  
comprensivi di dispensa  
di studio e attestato  
di frequenza



**DOCENTE: Maria Cristina Saporì**

### PROGRAMMA DEL CORSO TEORICO-ESPERIENZIALE



#### I 7 CHAKRA PRINCIPALI

Conoscere i sette Chakra principali, comprenderne il funzionamento e la relazione con il corpo, le emozioni e il nostro equilibrio energetico. Imparare a riconoscere i principali segnali di squilibrio dei diversi centri energetici e sperimentare pratiche finalizzate alla loro armonizzazione.



#### ATTIVAZIONE E ARMONIZZAZIONE DEI CHAKRA

**Chakra inferiori:** esercizi e pratiche di riequilibrio energetico orientati a favorire radicamento, energia e vitalità.

**Chakra del Cuore:** pratiche dedicate all'apertura del centro del cuore, alla capacità di dare e ricevere amore e al riconoscimento della propria unicità.

**Chakra superiori:** meditazioni creative, pratiche di consapevolezza e utilizzo di mantra sacri di purificazione e protezione.



#### MEDITAZIONE E PREGHIERA

Il valore della pratica meditativa e della preghiera come ponte sacro di connessione interiore e spirituale con le nostre Guide Celesti.



#### PRATICHE ESPERIENZIALI

Durante il percorso sperimentiamo differenti strumenti per favorire l'ascolto, l'armonizzazione e il riequilibrio di ciascun centro energetico:

- 🌸 tecniche di respirazione consapevole;
- 🌸 canto e recitazione di mantra sacri di purificazione e protezione;
- 🌸 meditazioni creative guidate;
- 🌸 esercizi e pratiche di riequilibrio energetico dei Chakra.

*In equilibrio  
con la tua energia più autentica*



PER INFORMAZIONI E ISCRIZIONI

✉ [info@accademiaolisticalberodellavita.it](mailto:info@accademiaolisticalberodellavita.it)

🌐 [www.accademiaolisticalberodellavita.it](http://www.accademiaolisticalberodellavita.it)

*La formazione che nutre l'Anima*