

ESPERIMENTI DI VOLO®

Wellbeing Aziendale

Enrico Maria Bellucci & Francesca Ferrari



ESPERIMENTI DI VOLO

CHI SIAMO



Psicologo e psicoterapeuta, Enrico esplora con passione le profondità dell'animo umano. Fondendo l'approccio sistemico con quello transpersonale, guida le persone che hanno deciso di intraprendere il viaggio più affascinante di tutti: quello alla scoperta di Sè. Integra psicoterapia, mindfulness, EMDR e soprattutto respirazione come strumenti per aprire una strada verso l'autenticità. Attraverso i seminari, accompagna individui e gruppi in esperienze di grande trasformazione, dove ciascuno può toccare con mano il proprio potenziale inespresso.

Enrico Maria Bellucci – Phd



Istruttrice di yoga, mindfulness e danzatrice, Francesca vede nel corpo un tempio e un tramite per la consapevolezza. Creatrice del metodo "MindfulDance®," invita le persone a esplorare la fluidità e l'armonia del movimento come mezzo di contatto interiore. Francesca conduce seminari in tutta Italia, dove integra la saggezza dello yoga e la profondità del respiro con la meditazione, aprendo spazi di ascolto profondo, radicamento e apertura al proprio percorso di crescita.

Francesca Ferrari



IL REBIRTHING TRANSPERSONALE

Un Respiro verso la Liberazione e l'Autenticità

Il Rebirthing Transpersonale è molto più di una tecnica di respirazione: è un risveglio, una porta verso un'esistenza più vera.

Il Rebirthing, secondo l'approccio del Dott. **Filippo Falzoni Gallerani**, è una tecnica di respirazione profonda che favorisce l'**autoguarigione** e risveglia l'energia vitale, andando a **sciogliere i blocchi** e le tensioni dell'inconscio. Praticare il Rebirthing significa intraprendere un **viaggio verso sé stessi**, dissolvendo ansie e condizionamenti per aprirsi a una vita più autentica e consapevole. Integrato con yoga e mindfulness, questo metodo offre un'esperienza di **trasformazione profonda**, guidandoci verso la nostra essenza più vera per vivere con maggiore verità e pienezza.



Rigenerazione Interiore

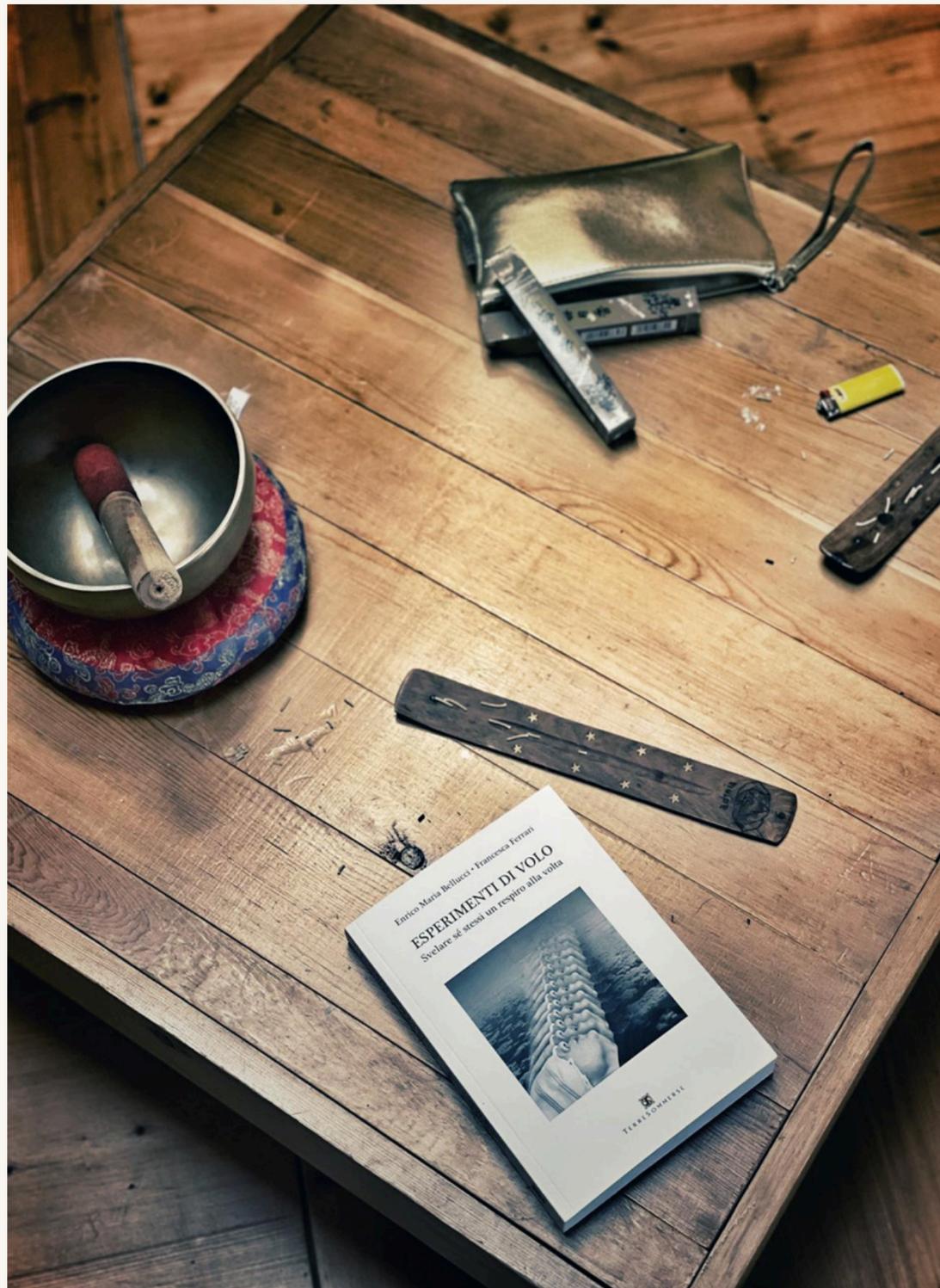
in poche sedute, il rebirthing transpersonale infonde una chiarezza profonda, scioglie blocchi e riaccende vitalità.

Esperienze di Risveglio

con coraggio e naturalezza, il rebirthing ci porta ad attraversare e superare ansie, paure e condizionamenti, aprendo spazi di libertà e armonia.

Ritorno al Sé

sostenuto dalla mindfulness e dallo yoga, il rebirthing facilita la connessione con l'essenza interiore, liberando il potenziale creativo e terapeutico che ciascuno di noi possiede



ESPERIMENTI DI VOLO®

Il nome "**Esperimenti di Volo**®" evoca l'idea di un viaggio di scoperta interiore, come quello di un uccello che per la prima volta abbandona il nido per esplorare il mondo. Proprio come quel primo salto, il rebirthing è un'esperienza che invita a lasciarsi alle spalle il noto per avventurarsi nell'ignoto del proprio potenziale, superando paure e limiti autoimposti.

Ogni "esperimento" è un passo verso una vita più autentica e libera, dove il respiro ci guida dolcemente ad aprirci, proprio come si aprono le ali al volo, ritrovando così le traiettorie della nostra esistenza.



WELLBEING AZIENDALE

Il benessere non è solo un obiettivo, ma **una pratica da coltivare**, un percorso che inizia con il respiro e conduce verso nuove dimensioni di consapevolezza.

Esperimenti di Volo propone un viaggio dedicato al mondo aziendale, un'opportunità per esplorare il potere della respirazione consapevole, migliorare l'equilibrio individuale e collettivo, e creare un ambiente di lavoro più armonioso e produttivo.

IL BENESSERE NELLE AZIENDE: UNA PRIORITÀ PER TUTTI

Nel mondo corporate, ritagliare spazi dedicati al benessere dei dipendenti **non è solo un gesto di cura, ma una strategia essenziale per il successo.**

Investire nella salute fisica e mentale delle persone significa **creare un clima di lavoro sano, fertile e collaborativo, dove ciascuno può esprimere il proprio potenziale al meglio.**

Prendersi cura dei dipendenti non è quindi solo una questione di empatia:

è la chiave per garantire **performance di alto livello**, favorire la creatività e costruire un team coeso e motivato.

Perché un'azienda è tanto forte quanto lo sono le persone che la vivono.

A questo scopo, offriamo due livelli di esperienza, pensati per rispondere alle diverse esigenze e curiosità:

* **Livello 1:** Breathwork (introduzione al rebirthing), Mindfulness e Yoga, una porta d'accesso dolce e graduale al mondo del respiro circolare.

* **Livello 2:** Una vera e propria seduta di Rebirthing introdotta da una sessione di yoga, un'immersione profonda per chi è pronto a esplorare i propri limiti e risorse interiori.





LIVELLO 1

BREATHWORK, MINDFULNESS E YOGA

Il primo livello è pensato per chi desidera avvicinarsi **gradualmente** al mondo della respirazione consapevole.

Attraverso tecniche di **breathwork**, **mindfulness** e **yoga**, offriamo un'esperienza che:

- * Riduce lo stress e migliora il focus.
- * Favorisce la connessione tra colleghi e il team building.
- * Coltiva calma, presenza e apertura mentale.
- * Favorisce la condivisione con il gruppo grazie al supporto dei professionisti

Perfetto per teambuilding aziendali, percorsi di crescita personale e centratura per il management, il primo livello è una base sicura da cui partire.

4 ore



LIVELLO 2

REBIRTHING E YOGA

Il secondo livello è dedicato a chi desidera esplorare **in profondità** il proprio mondo interiore.

La pratica del rebirthing transpersonale guida i partecipanti in un'esperienza **intensa** e **rigenerante**, ideale per:

- * Sciogliere tensioni e blocchi emotivi profondi.
- * Accedere a nuove risorse di energia e creatività individuali e di gruppo.
- * Favorire una visione chiara e autentica di sé.
- * Favorire la condivisione con il gruppo grazie al supporto dei professionisti

Questo livello rappresenta un invito a **superare le proprie barriere** per coloro che desiderano trasformare e **ampliare** il proprio potenziale. Un individuo che accede pienamente al proprio potenziale infatti non solo migliora la propria performance, ma, approfondendo la conoscenza di sé e degli altri con cui ha condiviso l'esperienza, **diventa un elemento fondamentale e coeso del gruppo di lavoro.**

4 ore



UN PERCORSO SU MISURA PER IL TUO BENESSERE

Scegli il tuo ritmo, vivi la tua esperienza

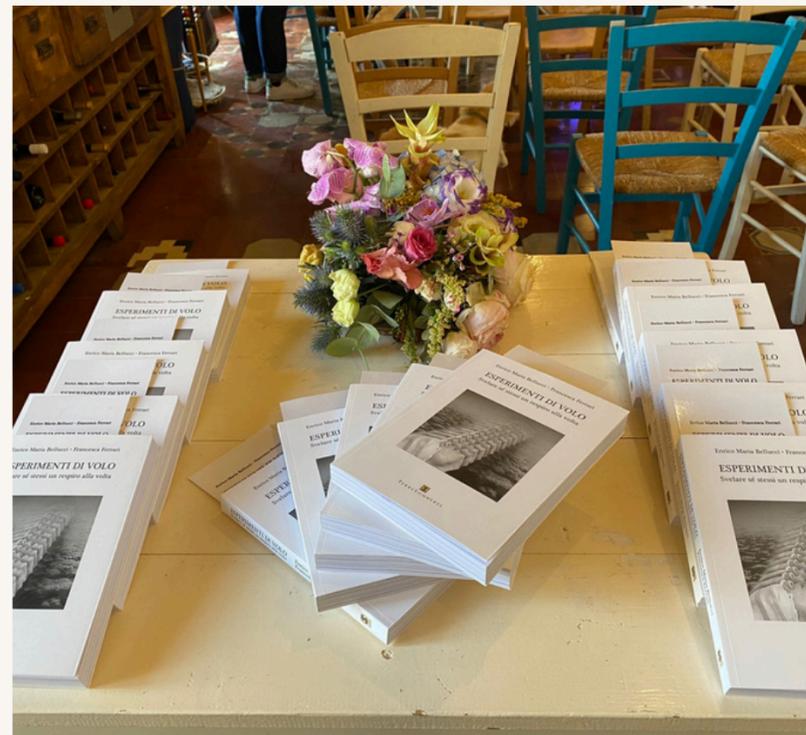
Ogni viaggio è unico e modellato sulle esigenze di chi partecipa.

Potrai:

- * Procedere gradualmente, **partendo dal livello 1** per scoprire il respiro e la presenza.
- * **Immergerti direttamente nel livello 2**, per una trasformazione più profonda.
- * Combinare i due livelli, esplorando le infinite potenzialità del respiro.

Il benessere è un cammino, non una destinazione.

Qualunque sia il tuo passo, **siamo qui per accompagnarti.**



IL LIBRO

Una guida che accompagna i lettori attraverso il percorso di trasformazione e risveglio offerto dal rebirthing attraverso le testimonianze di chi ha praticato questa via. Con delicatezza e chiarezza, ogni pagina offre una comprensione più profonda della pratica, portando alla luce strumenti e riflessioni che ciascuno può fare propri per riscoprire la pienezza del vivere.

Puoi acquistare il libro [qui](#).

ESPERIMENTI DI VOLO®

Grazie.

"Chi guarda fuori sogna, chi guarda dentro si sveglia".

Carl Gustav Jung

Enrico - 329 0148267 - enricomariabellucci.com

Francesca - 320 6186189 - francescaferrari.org



ESPERIMENTI DI VOLO