

# “Тело изначальное”

## Модуль 1

Первая встреча из цикла

“Эмпирическая анатомия в движении”

31 января 2023г

Анна Титова Соматический терапевт

IBMTdip, RSME/T, BMGT

[www.annatitova.com](http://www.annatitova.com)

[somaticbody.ru](http://somaticbody.ru)



**КУРС**

**«ЭМПИРИЧЕСКАЯ  
АНАТОМИЯ  
В ДВИЖЕНИИ»**

*с Анной Титовой*

# Эмпирическая анатомия в движении

Январь 2023 - апрель 2023

Модуль 1 - ТЕЛО ИЗНАЧАЛЬНОЕ

Модуль 2 - Быть на Земле

Модуль 3 - Тело как поток или Сага о внутренних океанах

Модуль 4 - Быть в мире

Модуль 5 - Мой внутренний космический оркестр



# Тело Изначальное\* - модуль 1

**31 января** - Прибытие. Знакомство. Танец первоклетки

**14 февраля** - Клеточное внимание и нейроклеточные паттерны. Эволюция как трансформация и непрерывные изменения. Понятие “своего места”. Сдача и прибытие. Мужское и Женское.

**28 февраля** - Граница тела - мембрана и кожа. Контейнер тела. Внутреннее и внешнее.

**6 марта** - Групповая встреча

**14 марта** - Центр и периферия. Сфера тела. Баланс ощущений и чувств. Напитывание, питание и ресурс тела.

**28 марта** - Первичная ось тела. Вертикальность и ориентация. Опора для нервной системы.

**11 апреля** - Баланс, равновесие, симметрия/асимметрия.

**25 апреля** - Первичное движение и импульс. Что поддерживает наше движение. Завершение



\* Программа курса - это живой организм - она может быть изменена и откорректирована, но в целом мы будем верны выбранному курсу.

# С чего начинается тело?

- ❖ Тело как пространство,
- ❖ Тело как процесс;
- ❖ Тело как сфера;
- ❖ Границы/ мембрана и кожа,
- ❖ Содержимое и контейнер (внутреннее и внешнее),
- ❖ Центр и периферия;
- ❖ Передняя и задняя стороны тела,
- ❖ Правая и левая стороны тела,
- ❖ Ось и вертикальность.

