



ROBERTA MIGLIARESE

Roberta Migliarese è una Naturopata, Istruttrice Yoga, Personal Trainer e Performer. Dalle arti marziali allo Yoga, dalla recitazione all'autoconoscenza, ogni tassello vissuto attraverso le esperienze professionali e personali, ha svelato un ampio mosaico che si è definito in una naturale inclinazione, passione e ricerca rivolta alle Arti Olistiche.

L'arte del combattimento, sperimentata attraverso la Savate Boxe Française, conferisce forza, leggerezza, eleganza ed equilibrio dei movimenti, che ritroverà anche nelle discipline acrobatiche aeree.

L'attacco come la difesa diventano parti complementari di un sistema di tecniche che agisce oltre il corpo fisico per la protezione dell'individuo, ovvero per il benessere globale. La nutrizione, i pensieri, i gesti e le parole, interagiscono al fine di creare la percezione del mondo e di sé stessi, e attraverso metodiche di approccio naturale è possibile sviluppare potenzialità di prevenzione e di autoguarigione.

Approfondisce la Medicina Tradizionale Cinese e discipline come l'Iridologia, l'Aromaterapia conseguendo il diploma di Naturopatia presso la Scuola Italiana Medicina Olistica, specializzandosi in Fitocomplementi e in Tecniche di Cromopuntura. La globalità di un sistema energetico crea infinite connessioni e nell'insieme si può creare la perfetta armonia.

Durante questo percorso mette a punto un Metodo volto riequilibrare l'organismo nella sua interezza, interiore ed esteriore. Si appassiona allo Yoga, ricercando stimoli suggestivi e potenti, ma anche concreti e vitali, da inglobare al suo percorso.

