



www.ervasacraroma.com

**CORSI PROFESSIONALI, SERVIZI,
GRUPPI ESPERIENZIALI**

CALENDARIO 2022-2023

Eventuali altre iniziative (open day, presentazioni, conferenze, seminari e corsi non facenti parte di percorsi professionali) sono comunicate tramite newsletter e il sito della sede di Roma www.ervasacraroma.com.

Erba Sacra- Sede di Roma

Piazza San Giovanni Bosco 80, Roma (Metro A - G. Agricola)

Tel: 06.71546212 - 3462179491 - segreteria@ervasacra.com

Segreteria: tutti i giorni feriali 10-13; 17-20



Gli Appuntamenti di Erba Sacra
SEDE DI ROMA: Piazza San Giovanni Bosco 80
www.erasacraroma.com

Corsi Settimanali e Servizi Calendario 2022-2023

CORSI SETTIMANALI

LUNEDI'	18:30/20:00	Hatha Yoga	Anna Barletta
MARTEDI'	10:00/11:00	Ginnastica dolce	Monica Lavezzari
MARTEDI'	18:30/19:30	Pilates	Elisabetta Giorgi
MERCOLEDI'	16:30/18:00	Hatha Yoga	Francesca Pocci
MERCOLEDI'	18:30/20:00	Hatha Yoga	Raffaella Pedè
MERCOLEDI'	20:15/21:30	Hatha Yoga	Francesca Pocci
GIOVEDI'	18:30/19:30	Pilates	Elisabetta Giorgi
VENERDI'	18:00/19:00	Ginnastica dolce	Monica Lavezzari
VENERDI'	19:00/20:15	Hatha Yoga	Raffaella Pedè



Gli Appuntamenti di Erba Sacra
SEDE DI ROMA: Piazza San Giovanni Bosco 80
www.erasacraroma.com

Gruppi Esperienziali Calendario 2022-2023

REIKI TRADIZIONALE

(Master: Dott.ssa Annamaria Del Maestro)

Domenica ore 16-19

E' un gruppo aperto a tutti, a un costo simbolico di 5€. Durante l'incontro, al quale partecipano tra gli altri tutti i Master Reiki di Erba Sacra Roma, c'è uno scambio d'energia Reiki (chi non ha ancora i livelli può ricevere il trattamento), condivisioni e meditazioni. La partecipazione al gruppo esperienziale (anche saltuaria) è essenziale per poter poi frequentare i seminari di I, II e III livello.

2022

Settembre	11
Ottobre	2
Novembre	6
Dicembre	4

2023

Gennaio	8
Febbraio	5
Marzo	5
Aprile	2
Maggio	7 – Celebrazione del Wesak
Giugno	4



Gli Appuntamenti di Erba Sacra
SEDE DI ROMA: Piazza San Giovanni Bosco 80
www.erasacraroma.com

Gruppi Esperienziali Calendario 2022-2023

AUTOCONSAPEVOLEZZA

(Dott.ssa Annamaria Del Maestro)

Sabato ore 17-19

Obiettivo degli incontri è di favorire la gestione delle emozioni, il miglioramento dell'autostima, la socializzazione, la consapevolezza e la cura del proprio Sé. Saranno utilizzate tecniche di rilassamento, di meditazione e di creatività e sarà possibile condividere le esperienze personali e di gruppo.

2022

Settembre	24
Ottobre	29
Novembre	26
Dicembre	17

2023

Gennaio	28
Febbraio	25
Marzo	25
Aprile	29
Maggio	27
Giugno	24



Gli Appuntamenti di Erba Sacra
SEDE DI ROMA: Piazza San Giovanni Bosco 80
www.erasacraroma.com

Gruppi Esperienziali Calendario 2022-2023

TECNICHE DI MEDITAZIONE

(Dott.ssa Marilena Bernardini)

Sabato ore 15-19

E' un gruppo esperienziale volto ad approcciarsi alla meditazione, ossia la possibilità che ha la tua mente di rallentare il suo continuo movimento. La meditazione è la capacità di riappropriarti dell'istante presente e di utilizzare il tuo potenziale energetico per ciò che realmente necessiti.

Significa lasciare andare il passato, non immaginare il futuro, ma lavorare nel presente per creare un'armonica quotidianità.

2022

Ottobre	1
Novembre	5
Dicembre	3

2023

Gennaio	7
Febbraio	4
Marzo	4
Aprile	1
Maggio	6
Giugno	3



Gli Appuntamenti di Erba Sacra
SEDE DI ROMA: Piazza San Giovanni Bosco 80
www.erasacraroma.com

Gruppi Esperienziali Calendario 2022-2023

"CASSETTA DEGLI ATTREZZI"

(Monica Lavezzari)

Sabato ore 10,30-12,30

Un percorso dove apprenderete vari strumenti, una vera e propria cassetta degli attrezzi dove all'interno troverete tecniche di respirazione, di automassaggio, di attivazione dei 7 centri energetici chiamati chakra, esercizi per gestire ansia, stress e dolorette fisici, visualizzazioni guidate, tecniche di autoguarigione sul piano fisico, emotivo e mentale.

L'allievo avrà per sempre tutto il materiale che servirà per continuare a praticare nel tempo in totale autonomia. Gli incontri saranno di carattere teorico-pratico.

2022

Ottobre	1 - 15
Novembre	5 - 19
Dicembre	3 - 17

2023

Gennaio	14 - 28
Febbraio	4 - 18
Marzo	4 - 18
Aprile	1 - 15
Maggio	6 - 20
Giugno	3 - 17



Gli Appuntamenti di Erba Sacra
SEDE DI ROMA: Piazza San Giovanni Bosco 80
www.ervasacraroma.com

SERVIZI INDIVIDUALI

I servizi individuali sono svolti su appuntamento (0671546212)
esclusivamente da Professionisti collaboratori di Erba Sacra

SEDUTE DI PSICOTERAPIA, SEDUTE DI COUNSELING , MASSAGGI OLISTICI,
SHIATSU, RIFLESSOLOGIA PLANTARE, TRATTAMENTO CRANIOSACRALE,
TRATTAMENTI DI REIKI, CONSULENZE DI NATUROPATIA, CONSULENZE DI
FLORITERAPIA, CONSULTI DI NUMEROLOGIA, TAROCCHI, I CHING

SPORTELLO PER PROFESSIONISTI, UTENTI E ASSOCIAZIONI

Erba Sacra ha attivato uno sportello di riferimento:

- per i cittadini che utilizzano i servizi dei suoi professionisti;
- per i professionisti delle discipline olistiche (operatori, naturopati, counselor)
- per le associazioni di volontariato che desiderano aderire a LUVIS

Si riceve per appuntamento

Lunedì, Mercoledì e Giovedì – ore 10-13; 16-19

Tel: 3462179491





Gli Appuntamenti di Erba Sacra
SEDE DI ROMA: Piazza San Giovanni Bosco 80
www.erasacraroma.com

Corso Professionale di Riflessologia Plantare

Docente : Costanza Fino

Calendario 2022-2023

Ottobre	22-23
Novembre	26-27
Gennaio	21-22
Febbraio	25-26
Marzo	25-26

ORARIO LEZIONI: Sabato e Domenica ore 10-18



Gli Appuntamenti di Erba Sacra
SEDE DI ROMA: Piazza San Giovanni Bosco 80
www.erasacraroma.com

Corso Professionale di Radiestesia

Docente : Arianna Mendo – Enrico Gelain

Calendario 2023

Febbraio	18-19
Marzo	18-19
Aprile	15-16
Maggio	20-21

Le date successive (altri 3 week-end mensili) da definire

ORARIO LEZIONI: Sabato ore 14,30-18; Domenica ore 9-18