

**Mercoledì 20 marzo - 1 aprile, 8 aprile**

***Meditazione per musicisti- Libera la tua espressione musicale***

Incontri con **CLAUDIO PADOVANI**

**20 marzo, ore 11.30 - 13.00    17.00 - 18.30 sala A**

**1 aprile, ore 11.00 - 13.00 Sala A**

**8 aprile, ore 11.00 - 13.00 Sala A**

**Ingresso gratuito (solo il 20 marzo)**

**Per partecipanti esterni al Conservatorio € 100 per i due incontri (minimo 5 partecipanti)**

**Il seminario propone**

Meditazione per musicisti - 'libera la tua espressione musicale'

Riscoprire la dimensione dell' ESSERE musicista a dispetto del FARE musica, ritrovando armonia e allontanando l'ansia da esecuzione.

## **Claudio Padovani**

Insegnante di meditazione, counselor e ideatore del sistema "Meditazione per indaffarati", Claudio è cresciuto nel mondo dello spettacolo ed è stato produttore teatrale per oltre 20 anni.

Ha poi lasciato lo spettacolo per dedicarsi al counseling e alla meditazione. Si è distinto per il suo approccio semplice, diretto e laico alla meditazione, coinvolgendo, oltre alle migliaia di utenti del blog [comemeditare.it](http://comemeditare.it), moltissime persone nei suoi seminari esperienziali.