



Como parte da programação cultural do Dia Internacional da Mulher, "Por Elas, Pra Elas", a prefeitura de Franco da Rocha, por meio da Secretaria de Cultura, Esporte e Lazer, apresenta neste sábado (10), às 14h, a vivência "O Poder das Ancas", realizada no Espaço de Múltiplas Vivências do Juquery.

[Clique aqui para se inscrever na atividade](#)

A oficina de dança será aplicada pelo grupo "O caminho da serpente" e foi especialmente pensada para a conscientização corporal da mulher, focando nos movimentos pélvicos para promover uma reflexão das raízes femininas com a natureza e com a liberação de energia.

A anca, região que compreende os quadris, pelves e genitais é considerada o centro de poder no corpo da mulher, tornando-se fonte de energia para uma vida criativa e prazerosa. Pensando nisso, a atividade é um convite ao público feminino para liberar seus movimentos e estabelecer uma relação de intimidade com o próprio corpo.



"Mover e cuidar das ancas para transmutar, gerar e potencializar a vida!", esse é o lema do grupo responsável pela oficina.

Concebida por mulheres e para as mulheres, a atividade será aplicada pela especialista em femininoterapia, Dunia La Luna, que pretende propor às participantes uma maneira de conhecer e usufruir de práticas de conexão com o feminino, além de promover um intercâmbio dos saberes de diferentes grupos de mulheres.

O exercício terá duração de três horas e será dividido em: práticas de liberação óssea do quadril, conscientização pélvica, movimentos de ancas, mobilização emocional e energética.

(Texto: Luana Nascimento - Foto: Divulgação)