

Domenica 4	BEN – ESSERE IN NATURA: Mindfulness all'Aperto. Sperimentare la bellezza del praticare all'aperto le discipline olistiche.	10:00 – 11:00
Domenica 4	BEN – ESSERE IN NATURA: Training Autogeno all' Aperto Sperimentare la bellezza del praticare all'aperto le discipline olistiche.	11:30 – 12:30
Lunedì 5	PUNTO D'INCONTRO Incontro di gruppo di potenziamento delle risorse relazionali e comunicative	20:30 – 22:00
Mercoledì 7	OPEN - DAY di KINESIOLOGIA - GRATUITO	17:00 – 20:30
Venerdì 9	SEMI DI ARMONIA – Seminario Gratuito Giù la maschera! Il coraggio di essere autentici per vivere pienamente.	20:30 – 22:30
Lunedì 12	CRESCO, GIOCO, IMPARO – Inizio Laboratorio Laboratorio di Neuropsicomotricità (3 – 5 anni)	9:00 – 10:00
Venerdì 16	SEMI DI ARMONIA – Seminario Gratuito Senza di te non posso vivere. La natura e l'origine della dipendenza affettiva.	20:30- 22:30
Sabato 17	BIOENERGETICA: La via del Cuore Classi di Esercizi ed Approfondimenti teorici	10:00 – 12:00
Domenica 18	STARE BENE CON L'USO DELLE PIANTE : Laboratorio erboristico IPERICO: rimedi per le bruciature e scottature solari.	10:00 – 18:00
Domenica 18	BEN – ESSERE IN NATURA: QiGong all'Aperto Sperimentare la bellezza del praticare all'aperto le discipline olistiche.	10:00 – 11:00
Domenica 18	BEN – ESSERE IN NATURA: Yoga all' Aperto Sperimentare la bellezza del praticare all'aperto le discipline olistiche.	11:30 – 12:30
Sabato 24	IL QI – GONG DEI 5 ELEMENTI	17:30 – 19:30
Mercoledì 28	MINDFULNESS E I 5 SENSI Incontare il mondo con la nostra dimensione sensoriale.	20:00 – 22:00

I nostri percorsi

ADULTI

Per prevenire e migliorare lo stato di Salute

- ♥ YOGA
- ♥ QI GONG
- ♥ BIOENERGETICA
- ♥ TRAINING AUTOGENO
- ♥ TRAINING AUTOGENO IN GRAVIDANZA
- ♥ MINDFULNESS

BAMBINI E RAGAZZI

Per crescere con serenità e fiducia in sé stessi

- ♥ LABORATORI SOCIO-AFFETTIVI (6-13 anni)
- ♥ LABORATORI PSICOMOTRICITA'(3-5 anni)
- ♥ GRUPPO PER ADOLESCENTI (14-18 anni)
- ♥ GIOCHIAMO A FARE I COMPITI (6-11 anni)
- ♥ FESTE COMPLEANNO (dai 6 anni)
- ♥ MASSAGGIO INFANTILE