



SABATO 19 AGOSTO

AREA YOGA

11.00 Kriya Yoga con Stefania Buldrini Integra Corpo, Respiro, Mudra e Mantra per esplorare il tuo Stato Naturale fondato sulla "Non dualità".

12.00 Yoga Sciamanico con Elisa Marzola L'unione di due Vie di conoscenza millenarie solo apparentemente separate.

14.30 Addominali e Yoga con Monica Taranto Tonicità, forma e funzionalità per un nuovo stato di benessere.

15.30 Yoga Thai con Nagela Da Silva Ritrova la forma psicofisica con 11 discipline Indiane e Thailandesi.

16.30 Acro Yoga con Igor Meregalli e Alessandra Monticelli Un'esperienza unica che fonde la creatività con l'ascolto.

17.30 Yin Yoga "Lo spirito degli Alberi" con Michela Quaglio Si parte dalla conoscenza dello spirito degli alberi per sperimentare "ciò che si è".

18.30 Ecstatic Dance con Tamara Bianconi Abbandonati al flusso del ritmo per scoprire la Tua Vera Natura! In questa magica Danza proverai un senso di profonda e inaspettata Liberazione.

AREA WORKSHOP

11.00 Bioenergetica con Nico Columpsi Sblocca le tensioni emotive intrappolate nei muscoli e nella postura attraverso l'uso del Corpo, del Respiro e della Voce.

12.00 Fototerapia Psicocorporea con Riccardo Musacchi Un incontro teorico/esperienziale per scoprire il ponte che collega corpo, immagine e parola.

14.30 Le Basi dello Shiatsu con Michela Quaglio Scopri i segreti di questa pratica manuale per stimolare un processo di riequilibrio energetico e autoguarigione.

15.30 Viaggio Sciamanico con Tamara Bianconi Percorso meditativo attraverso vari "livelli percettivi" per individuare l'animale che simbolicamente guida il tuo cammino evolutivo di vita!

16.30 Qi Gong con Massimiliano Freddi Scopri l'arte di coltivare il tuo Qi, accrescerlo, rafforzarlo e raffinarlo, attraverso tecniche esterne e spirituali.

17.30 Mind in movement con Alessandro Bettazzi Ritrova forza, mobilità, energia, gioie e speranze come quando eri bambino!

19.00 Presentazione del progetto umanitario dell'Associazione Around The Wod in Turchia Yoga Planet devolgerà parte del ricavato a favore delle donne e dei bambini rifugiati nella città turca di Gaziantep, al confine con la Siria.



NIGHT VIBES

SABATO 19 AGOSTO

20.00 Aperitivo e DJ Set
Musica, cibo e bevande per nutrire anima e corpo!

dalle 21.00 DJ Set
La notte prosegue a ritmo di musica, danze e magia. Assapora il gusto della Libertà sotto un cielo stellato!

DOMENICA 20 AGOSTO

20.00 Aperitivo, DJ Set e spettacolo di tessuti aerei con Silvia Fonti Lasciati trasportare dal flusso della gioia della condivisione!

21.00 Bagno di suoni con Filippo Pigaiani Percepisci le vibrazioni sulla tua pelle fino a far vibrare la tua anima!

DOMENICA 20 AGOSTO

AREA YOGA

11.00 Blind Yoga con Chiara Buralli Tocca con mano uno stato di quiete e consapevolezza inaspettato!

12.00 Pratica dedicata alla Dea con Caterina Allotta Risveglia la tua energia femminile e vivi il potere creativo della Shakti.

14.30 Yoga Thai con Nagela Da Silva La fusione delle antiche discipline Indiana e Thailandese!

15.30 Ayuryoga con Gabriella Polge Pratica trasformativa che integra le scienze sorelle: Yoga e Ayurveda.

16.30 Guerriero di luce con Monica Taranto Riscopri la tua forza Ancestrale con lo Yoga.

17.30 Acro Yoga con Igor Meregalli e Alessandra Monticelli Prova questa dimensione artistica dello Yoga moderno.

11.00 Qi Gong con Massimiliano Freddi Scopri l'arte di coltivare il tuo Qi, accrescerlo, rafforzarlo e raffinarlo, attraverso tecniche esterne e spirituali.

11.00 Tessuti aerei con Silvia Fonti Sviluppa la tua forza, coordinazione ed elasticità in questa disciplina spettacolare!

12.00 Viaggio Sciamanico con Tamara Bianconi Lasciati condurre in un percorso meditativo attraverso vari "livelli percettivi" accompagnato da voce e suoni.

14.30 Handpan: le basi con Filippo Pigaiani Corso Base per avvicinarsi al mondo dell'Handpan.
Workshop non compreso nel prezzo del ticket

15.30 Tessuti aerei con Silvia Fonti Sviluppa la tua forza, elasticità e coordinazione in questa disciplina spettacolare!

16.30 Basi dello Shiatsu con Michela Quaglio Impara le basi di questa antica pratica manuale diffusa in Giappone per stimolare un processo di riequilibrio energetico e autoguarigione.

17.30 Mind in movement con Alessandro Bettazzi Trova gli strumenti e le capacità per poter superare i tuoi limiti fisici e mentali

19.00 Presentazione del progetto umanitario dell'Associazione Around The Wod in Turchia Yoga Planet devolgerà parte del ricavato a favore delle donne e dei bambini rifugiati nella città turca di Gaziantep, al confine con la Siria.



AREA MASSAGGI

L'Area Massaggi sarà attiva durante tutta la durata del Festival.

Potrai scegliere tra:

- Massaggio Ayurvedico con Gabriella
- Massaggio Shiatsu con Michela
- Thai Massage con Antonio
- Riflessologia plantare e Naturopatia con Pablita

I TRATTAMENTI, ESEGUITI DA PROFESSIONISTI, NON SONO COMPRESI NEL PREZZO DEL TICKET E SARANNO DISPONIBILI SU PRENOTAZIONE.

AREA WORKSHOP