

Festival del Benessere In Giardino

Organizzato dalle
associazioni
Il Giardino della Valle e
Studio di via dell'Orto

Domenica 19 Maggio

Presso Il Giardino della Valle, via Plinio, Cernobbio

Offerta consapevole: ingresso 5 euro, attività di gruppo 10 euro, consulenze e trattamenti 20 euro, attività gratuite con * , prenota su eventbrite

- ore 8.00 Risveglio con lo yoga
- ore 9.00 Colazione sull'erba
- ore 9.30 Natura e benessere*
- ore 10.00 Laboratorio di arte espressiva
- ore 11.00 Fame amica o nemica: come riconoscerla e soddisfarla*
- ore 12.00 Mindfulness
- ore 13.00 Pic nic sull'erba
- ore 14.00 Parole dall'anima: incontro con le autrici*
- ore 15.00 Lettura e scrittura intuitiva*
- ore 16.00 Yoga bimbi (4-8 anni)
- ore 16.30 Raccolta sacra delle erbe spontanee e creazione incenso naturale
- ore 17.00 Laboratorio creativo per bambini (4-8 anni)
- ore 18.00 Yoga al tramonto
- ore 19.00 Cerchio di armonizzazione energetica con rituale del fuoco*

Postazioni Itineranti

PSICOSOMATICA, MINDFULNESS, ASTROLOGIA, SHIATSU, RIFLESSOLOGIA, AYURVEDA,
MASSAGGIO, RIEQUILIBRIO ENERGETICO, ARTETERAPIA, ARTIGIANATO OLISTICO

Per maggiori info e prenotazioni contattaci qui

+39 347 870 7457 info@studiovialdellorto.com studiovialdellorto.com giardinodellavalle.it

con il patrocinio della



Città di Cernobbio



il Giardino
della Valle



Associazione Studio Via dell'Orto
Cliche & Cura

Per maggiori info e prenotazioni
scansiona questo QR: prenota su
eventbrite

