

OpenDayOlistico

Sabato 16 dicembre 2017

ALL'ASSOCIAZIONE CULTURALE OLISTICA

ilMacrocosmo.it

PIAZZA MADISON,3 Borgochiesanuova – MANTOVA - www.ilmacrocosmo.it Facebook : ilmacrocosmo

Pomeriggio gratuito di conoscenza di tutte le attività olistiche dell'associazione per il raggiungimento di un benessere psico-fisico. Prenotati!

PROGRAMMA

Ore 14,00

Accoglienza

Ore 14,30 – 15,30

Lezione gratuita di KUNDALINI YOGA con Barbara

Ore 15,30 – 15,50

Conferenza: "Antico massaggio del Piede" ON ZON SU con Chiara.

Ore 15,50 – 16,50

Lezione gratuita di MEDITAZIONE ATTIVA con Wanda

Ore 16,50 – 17,10

Conferenza sull' AYURVEDA E CUCINA DEI 6 SAPORI con Silvia.

Ore 17,10 – 18,00

Tea Time con spazio domande, approfondimenti e degustazione

Dolcetti ayurveda Natalizi

Ore 18,00 – 19,00

Rilassamento di gruppo "Dalla Meditazione al Silenzio"

con le Campane di Cristallo di Carlo Prandi

(costo del rilassamento di gruppo €15 per contributo spese)

PER CHI VOLESSE PARTECIPARE, si prega di prenotarsi ai seguenti numeri:

Chiara al 335343289 - Wanda al 391 1037410 - Silvia al 338 1208595

Barbara al 346 1893914

Oppure Scrivendo alla mail:

redazione1@ilmacrocosmo.it