

VENERDÌ 25 GENNAIO

ORA	TEMA WORKSHOP
16.00	Oli di altro mondo - Presentazione e degustazione <i>Un percorso gustativo di Oli ancestrali che sono sbarcati in Europa nella cucina gourmet. Ricchi di Omega 3, 6 e 9 e dal gusto raffinato, l'olio di avocado e l'olio di Sacha Inchi sono ormai considerati un alimento prezioso che l'uomo moderno ha recentemente riscoperto</i>
17.00	Nuovo regolamento sulla Privacy per gli operatori olistici <i>Verranno presentati gli obblighi in materia di protezione dei dati personali (GDPR n. 679/2016) in vigore dal 25 maggio 2018. A cura di panacea SISBIO</i>
18.00	Bagno sonoro di campane Tibetane <i>A cura di Insense.it</i>

ALTRE INIZIATIVE al 2 piano

presso lo stand

ASD TAI SHI RYU JU JUTSU - Luigi Cattaneo Sensei

Venerdì ore 18	CHI-KUNG imparare a respirare e meditazione
Sabato ore 17-19	Lezione e dimostrazione di JU JUTSU (arte marziale dei samurai) e difesa personale
Domenica ore 11 dalle ore 16	Lezione pratica di difesa personale femminile Dimostrazione/lezione di spada giapponese

SABATO 26 GENNAIO

ORA	TEMA WORKSHOP
11.00	ELETTROSMOG Cosa devi sapere prima di scegliere in libertà <i>salvaguarda e difendi te stesso e tuoi cari</i> <i>Di Massimo Fulgini - naturopata e ricercatore</i>
12.00	Sul sentiero degli antenati e degli spiriti guida <i>Relatrici: Imma Luccà medium e Stefania de "Gli Amanti e la Luna" ipnologa esperta in vite precedenti</i>
14.00	L'intenzione" nella purificazione sciamanica <i>tenuto da Giovanna per Mandorla Mistica</i>
15.00	Cooking show a cura di Serena Scuteri, esperta di cucina naturale, autrice del blog "La Merende della Fragola". <i>Facciamo merenda! Preparazione di un goloso dolcetto senza zucchero, senza glutine e senza ingredienti di origine animale</i>
16.00	<i>Nei tre giorni dedicati al benessere fisico e mentale</i> HYGIEIA presenta il NUOVO PROGRAMMA "SLIM ALL INCLUSIVE" (attività aerobica+treatmento estetico+nutrizione in un solo pacchetto). <i>Analizzeremo insieme gli ostacoli più comuni al dimagrimento e le strategie per superarli! Dimostrazione gratuita TRATTAMENTO VENTRE-PIATTO Paul Scerri</i>
17.00	Yoga del Respiro <i>L'energia che fluisce dentro di noi a cura di La radura del Loto</i>
18.00	Bagno Sonoro di Campane Tibetane <i>A cura di Insense.it</i>

DOMENICA 27 GENNAIO

ORA	TEMA WORKSHOP
11.00	QUADRI SENSORIALI <i>Presentazione ed esperienza con i quadri sensoriali a cura di Veruska e Cinzia</i>
12.00	"DANZANDO LE ARTICOLAZIONI" ovvero: IL MASSAGGIO JOINT RELEASE <i>A cura di Francesca Costa</i>
12.30	METODO NIROMATHE, l'osteopatia della pelle <i>A cura di Katiuscia Morgese</i>
13.00	HYGIEIA mostrerà e spiegherà come destoccare i grassi resistenti all'esercizio fisico e alle diete con LPG ENDERMOLOGIE, "il fitness naturale della pelle!"
14.00	ELETTROSMOG Cosa devi sapere prima di scegliere in libertà <i>salvaguarda e difendi te stesso e tuoi cari</i> <i>Di Massimo Fulgini - naturopata e ricercatore</i>
15.00	ANUKALANA YOGA: <i>sperimenteremo insieme come lo Yoga può essere praticato in modo morbido, fluido, e secondo il nostro allineamento ottimale soggettivo</i>
16.00	Per i tuoi occhi e oltre <i>Consigli e strumenti per la prevenzione e l'autocura di vista, postura ed equilibrio.</i> <i>Relatore: Caterina Polini, artigiana del benessere</i>
17.00	INCONTRO CON LA NATUROPATIA E L'AYURVEDA <i>Disturbi allo stomaco, ansia, mal di testa, intestino pigro possono avere una matrice comune. Ti senti gonfia, appesantita e con qualche chilo in più? La natura ti viene in aiuto per affrontare i disturbi quotidiani.</i> <i>Ballabio Marina esperta in tecniche ayurvediche</i> <i>Cinzia Montorfano Naturopata Grazia Reccagni Naturopata</i>
18.00	Bagno Sonoro di Campane Tibetane <i>A cura di Insense.it</i>

È un'iniziativa

