

Programma

9-18	Apertura della manifestazione con espositori, laboratori, iniziative e il mercato dei produttori presso Piazza Roma
9-12.30	Sfida con l'Eco-Quiz di infoSOStenibile aperto a tutti
9.45-10	Vibrazioni numeri e colori laboratorio esperienziale con I Ching e campane tibetane con Rosy Barretta Master e Spiritual Coach I Ching e Monica Vignoletti di MVCorpoeMente
10	Conferenza dal titolo "Disturbi alimentari. Come affrontare da un punto di vista psicosomatico il raggiungimento del peso forma, la gestione delle intolleranze alimentari, il controllo dell'ansia" presso Palazzo Muratori - Relatore: Oreste Maestroni, consulente in Nutrizione e Dietetica
10-10.15	Storie in melodia con Federico Magri e il suono dolce e armonioso del suo hang panart
10.15-10.30	Floriterapia e danze dei fiori di Bach con Paola Irranca di Sa Lughe Centro Olistico
10.30-11	Dimostrazione di karate e altre discipline con Karate Team Nio - Il punto sportivo
11	Inaugurazione colonnine ricarica auto elettriche presso Piazza Fiume
11-11.30	Lezione di Power yoga con Greta Bezzi e Marco Tavaglione di Vitalogy Club
11.30-11.45	Dimostrazione di Taijiquan con Lina Hong Xin Zhu di Shenyang International Yang Jian Hou Taijiquan Association
11.45-12.30	Dimostrazioni di danza classica, moderna, hip hop, pilates, ginnastica artistica e danza del ventre con Art&Dance
14-18	Sfida con l'Eco-Quiz di infoSOStenibile aperto a tutti
14.30-14.45	Dimostrazione di Taijiquan con Lina Hong Xin Zhu di Shenyang International Yang Jian Hou Taijiquan Association
14.45-15	Meditazione armonica con campane tibetane, gong e strumenti ancestrali con Monica Vignoletti di MVCorpoeMente
15-15.30	Concerto "Voices of the world" della Tournée in California Harmony Choir della TPA Music di Luna Maggioni
15.30-15.45	Dimostrazione di danza del ventre con Ambra Bellydance
15.45-16	Sfilata Burlesque con Associazione Atys
16	Conferenza dal titolo "I doni di Madre Terra per il nostro benessere psicofisico" a cura di Sa Lughe Centro Olistico presso Palazzo Muratori - Relatori: Paola Irranca e Donatella Tinari
16-17	Dimostrazioni di danza classica, moderna, hip hop, zumba, ginnastica funzionale, posturale e total body con Smile Danza e Benessere
17.30-18	Dimostrazione di karate e altre discipline con Karate Team Nio - Il punto sportivo
Tutto il giorno	Laboratorio per bambini: - Fata Melina e l'argilla con Paola Irranca di Sa Lughe Centro Olistico - Piscina di sale con la Clinica del Sale Cavernago
Dalle ore 14.00	Visite guidate per la giornata dei Castelli, palazzi e borghi medievali 2019