



GIARDINI DEL VOLTURNO

FESTIVAL DEL VERDE

01 e 02 aprile 2023

IL BENESSERE A 360 gradi a cura di A.U.R.A. Angeli

Sabato 01 Aprile

COME PRENDERCI CURA DEL NOSTRO INTESTINO - NUTRIZIONISTA 11.00 – 13.00

LA VOCE INTERIORE - YOGA & SUONO 11:30 - 12:30

HATHA YOGA PER L'AUTOSTIMA 15:30 - 16:30

CANTO PERCHE' SONO 15:30 - 16:30

Mindfulness 16.00 – 17.00

Domenica 02 Aprile

YOGA KUNDALINI PER COPPIE – Amore e intimità 11.00 – 12.00

LA VOCE INTERIORE YOGA & SUONO 11:30 - 12:30

BAGNO DI GONG 11.30 – 12.30

YOGA KUNDALINI – Migliorare il sonno ORE 12.30 – 13.30

YOGA PER ADULTI E RILASSAMENTO CON BAGNO DI GONG – contro lo stress 16.00 – 17.15

ALIMENTAZIONE PER IL BENESSERE DELL'INTESTINO - NUTRIZIONE Ore 16.00 – 18.00

HATHA YOGA PER L'AUTOSTIMA - Per adulti 16:30 - 17:30

CANTO PERCHE' SONO - Per adulti 16:30 - 17:3