

SHALA 1

09:00 Kundalini yoga
10:30 Hatha Yoga e Yin Yoga
12:00 Hamsa Ground Movements
14:30 Pranayama, la voce e l'emozione
16:00 BodyArt
17:00 Shakty Dance di Sara Avtar

ZONA VERDE

09:00 Tai Chi Yang
10:00 Rio Abierto
11:00 Tai Chi Chen
12:00 Yoga Nidra

SHALA 2

09:00 Pranayama
10:00 Kundalini Yoga
11:30 Yoga Sciamanico
15:00 Vinyasa Yoga
16:00 Yoga Accessibile
17:00 Keyflow
Movement

ZONA MUSICA E VOCE

09:00 Vocal Awakening
10:00 Permettere la voce
11:00 Workshop di Handpan
12:00 Concerto Mantras di Sara Avtar
14:00 Canto Carnatico
15:00 Chakra Sound Healing
16:00 Kirtan e Mantra
17:00 CANTOERGOSUM
18:00 Sound Healing - viaggio sonoro

CONFERENZE GRATUITE

09:00 Nahuales & Cacao
09:30 Sandarsi
10:00 Shakty Somatic Energy
10:30 Relazione e Campo Magnetico
11:00 Uomini in Cerchio
11:30 Guarire le ferite della nascita
12:00 Presentazione libro di A. Colombo
12:30 Ascendere alla Quinta Dimensione
CONFERENZA ONLINE: Domande e risposte sullo yoga
con la Dr. Emy Blesio Gayatri Devi
14:00 ACCESS BARS® & C.
15:00 Cos'è la Mindfulness?
16:00 Comunicazione non Violenta
16:30 Registri Akashici
17:00 Lo Yoga e i 4 elementi
18:00 Presentazione libro di F. S. Taito

AREA BAMBINI

10:00 Panda Yoga
11:00 Story time & Yoga
12:00 Introduzione alla
Capoeira
15:00 Laboratorio di
Kamishibai
16:00 Yoga a colori
17:00 Yoga movement
18:00 Laboratorio di
ceramica

PRANA

08:00 Cerimonia del Cacao
19:00 ECSTATIC DANCE
21:00 Rituale Equinozio



Il Poderaccio
AGRI-RELAIS

Il Poderaccio - Agri - Relais

S. S. Cassia km 116 - Località Poderaccio 76 - 01023 BOLSENA

N 42.66674475920547, E 11.949301367784262