

# FESTIVAL DEL RESPIRO

SABATO 29 GIUGNO  
MULINO BRAIDA - TALMASSONS

**BENESSERE - CURA DI SÉ - CONSAPEVOLEZZA**

ORARIO	ATTIVITÀ DI GRUPPO
15:00	ACCOGLIENZA
15:30	STRETCHING ENERGETICI \ MERY SALVADOR
16:15	FLESSABILITÀ \ ADITI ROBERTA BEGHI PRANAYAMA \ GIULIA TREVISAN
17:00	PROPRIOCEZIONE CORPOREA \ ARIANNA CIOVERCHIA ARMONIZZAZIONE DEI CHAKRA \ CRISTIANA MARIN
17:45	PIEDILEGGERI \ ADITI ROBERTA BEGHI NIA TECHNIQUE \ MARTINA SAVANI
18:30	KUNDALINI YOGA \ GIULIA TREVISAN MEDITAZIONE ATTIVA \ MICHELE GIUSEPPIN
19:15	I CINQUE TIBETANI \ FABRIZIO FALASCHI AVVICINAMENTO ALLE CAMPANE TIBETANE \ MARCO MOLINARI
20:00	MEDITAZIONE \ GIULIA TREVISAN
20:45	DECLUTTERING E PULIZIA DELLO SPAZIO \ ADITI ROBERTA BEGHI
21:30	A CONCLUSIONE: BAGNO SONORO \ MARCO MOLINARI

**DALLE 16:00 ALLE 19:00 SIVOLGERANNO DIVERSE ATTIVITÀ PER BAMBINI**

# FESTIVAL DEL RESPIRO

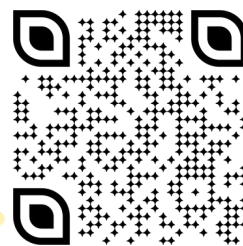
SABATO 29 GIUGNO  
MULINO BRAIDA - TALMASSONS

BENESSERE - CURA DI SÉ - CONSAPEVOLEZZA

NEL CORSO DEL POMERIGGIO SARANNO PRESENTI POSTAZIONI  
PER ATTIVITÀ INDIVIDUALI (CON PRENOTAZIONE IN LOCO)

**SHIATSU**  
**MASSAGGIO KOBIDO**  
**REIKI**  
**TAROCCO**  
**TRATTAMENTI CON CAMPANE TIBETANE**  
**RIEDUCAZIONE AL RESPIRO**

PER MAGGIORI INFORMAZIONI SULL'EVENTO POTETE VISITARE LA  
PAGINA: [RESPIRANDO.INFO/FESTIVAL-DEL-RESPIRO](http://RESPIRANDO.INFO/FESTIVAL-DEL-RESPIRO)



O POTETE CONTATTARE I REFERENTI:

**ARIANNA 328 0038069**

**GIULIA 340 4841908**

**FABRIZIO 338 8615939**

Con il patrocinio di:



Comune di Talmassons



**I.R.T.E.**  
Istituto di Ricerca e Terapie Energetiche  
Scuola di Shiatsu dal 1979

ASSOCIAZIONE PER LA  
VALORIZZAZIONE DELLE  
RISORGIVE DELLO STELLA



LA MARCULINE  
FLAMBRO