

Bibione Olistic Festival

Programma 2023

Area 1		Area 2		Area 3		Area 4	
15.00 - 16.00	IL RESPIRO CHE CURA PRANAYAMA E TECNICHE DI RESPIRAZIONE Claudio Cedolin	15.00 - 16.00	VINYASA YOGA ENERGIA LUNARE CON MUSICA DAL VIVO Vera Bettiol e Nicola Artico	15.00 - 16.00	SCOPRI LA FORZA CHE È IN TE Cristian Buzzelli	15.00 - 16.00	MINDBODY SCULPT METHOD Linda Gastaldello
16.30 - 17.45	HATHA YOGA Caterina Metisin	16.30 - 17.45	OLISTIC WORKOUT Cristiano Lollo	16.15 - 17.45	YOGA THEATRE Jessica Ugatti e Francesco Zinamosca	16.15 - 17.45	AKHANDA YOGA Morena Firpo e Sergio Muniz
18.00 - 20.00	DANZA ESPRESSIVA Isabella Peghin	18.15 - 19.00	MEDITAZIONE LUNARE Vera Bettiol e Nicola Artico	18.00 - 19.15	LA POZIONE DELLA VITA Cristian Buzzelli	18.00 - 19.15	VINYASA - IL POTERE DELLE MUDRAS Sayonara Motta
20.30	Concerto Serale: PLANETARY GONG EXPERIENCE - BAGNI DI GONG PLANETARI Studio "Nei Dan Gong"						

Venerdì 15/09

Area 1		Area 2		Area 3		Area 4	
6.45 - 7.30	In riva al mare: IL SUONO DELL'ALBA - VINYASA YOGA PER IL RISVEGLIO Vera Bettiol e Nicola Artico						
8.00 - 9.00	TRULKOR YOGA - YOGA TIBETANO Caterina Metisin	8.00 - 9.00	VINYASA YOGA - ARM BALANCE Jari Ranzato	8.00 - 9.00	QI WELL Cristiano Lollo	8.00 - 9.00	FIVE KOSHA Morena Firpo e Sergio Muniz
9.30 - 10.30	QI GONG - L'ARTE DELLA LONGEVITÀ Claudio Cedolin	9.30 - 10.45	YOGA ORMONALE Vera Bettiol	9.30 - 10.30	VINYASA - FLUIRE CON L'ENERGIA DEI CHAKRAS Sayonara Motta	9.30 - 10.30	MINDBODY SCULPT METHOD Linda Gastaldello
11.00 - 12.45	ASHTANGA YOGA Elena De Martin	11.15 - 12.00	IL MANTRA OM Nicola Artico	11.00 - 12.00	L'ARTE DEL TOCCO Cristian Buzzelli	11.00 - 12.30	YIN/RESTORATIVE CON MANTRA CANTATI IN SOTTOFONDO Morena Firpo e Sergio Muniz
15.00 - 16.00	IL RESPIRO CHE CURA PRANAYAMA E TECNICHE DI RESPIRAZIONE Claudio Cedolin	15.00 - 16.30	L'ARTE DEI VINYASA E L'ENERGIA DEL RESPIRO Fabio Furlan	15.00 - 16.00	YOGA TERAPEUTICO PER LA MENOPAUSA Sayonara Motta	15.00 - 16.30	MINDFULNESS E MEDITAZIONE 1° Occhi di giraffa
16.30 - 17.45	HATHA YOGA Caterina Metisin	16.30 - 17.00	BAGNO DI CAMPANE E GONG Fabio Furlan	16.30 - 18.00	DEA FLOW, LIBERA LA DEA CHE C'È IN TE Jessica Ugatti e Francesco Zinamosca	17.15 - 18.45	MINDFULNESS E MEDITAZIONE 2° Occhi di giraffa
18.00 - 19.30	ASHTANGA YOGA Elena De Martin	18.00 - 18.45	TANTRA BALANCING - BILANCIAMENTO DELL'ENERGIA MASCHILE/FEMMINILE Vera Bettiol e Nicola Artico				
20.30	Concerto serale: IL MANTRA SI FA MUSICA - KIRTAN Gruppo Vira						

Sabato 16/09

Area 1		Area 2		Area 3		Area 4	
6.45 - 8.00	In riva al mare: IL RISVEGLIO DEL SOLE - PANCHA SURYA NAMASKARA - I CINQUE SALUTI AL SOLE - IL RESPIRO CHE CURA - PRANAYAMA E TECNICHE DI RESPIRAZIONE Caterina Metisin e Claudio Cedolin						
8.00 - 9.00	YOGA TERAPEUTICO PER LA MENOPAUSA Sayonara Motta	8.00 - 9.00	QI WELL Cristiano Lollo	8.00 - 9.00	L'AMORE INIZIA DALL'AMARSI Cristian Buzzelli	8.00 - 9.00	SPINAL WAVES: ASANA & ESTENSIONI SPINALI Alessandra Rusciano
9.00 - 10.00	QI GONG - L'ARTE DELLA LONGEVITÀ Claudio Cedolin	9.30 - 10.30	VINYASA YOGA ENERGIA SOLARE CON MUSICA DAL VIVO Vera Bettiol e Nicola Artico	9.30 - 10.30	VINYASA YOGA - STHIRA & SUKKA Jari Ranzato	9.30 - 10.30	KUNDALINI Morena Firpo e Sergio Muniz
10.30 - 12.00	IL GESTO SACRO DELLE MUDRA - L'ARTE DEL GESTO Caterina Metisin	11.00 - 12.30	LO SPAZIO NEGLI ASANA E NEL PRANAYAMA Fabio Furlan	11.00 - 12.00	IPATH® RESTORATIVE YOGA Alessandra Rusciano	11.00 - 12.00	ODAKA YOGA Jessica Ugatti e Francesco Zinamosca
12.00 - 13.00	IL CANTO DEL MANTRA - KIRTAN Gruppo Studium						

Domenica 17/09