

# SHAKTI E DANZA: LO YOGA INCONTRA LA DANZA

Venerdì 13 Settembre

Area 1		Area 2		Area 3		Area 4		Mini Laboratori	
15.00 - 16.00	IL RESPIRO CHE CURA Respirazione e Pranayama per la salute Claudio Cedolin			15.00 - 16.00	VINYASA YOGA Self - Expression Flow Alessia Padma	15.00 - 16.00	KUNDALINI YOGA Mariangela Miozzi		
16.30 - 17.45	BE MUSIC Yoga Dance Flow Caterina Metisin	16.30 - 17.45	AKHANDA YOGA Morena Firpo e Sergio Muniz	16.15 - 17.45	ODAKA YOGA Il pulsare dell'universo Jessica Ugatti e Francesco Zinamosca	16.15 - 17.45	OLISTIC WORKOUT Tao Yoga Cristiano Lollo	16.30 - 17.30	LA RESPIRAZIONE CHE CURA Libertà, energia e vitalità Arianna Ceroni Agostinelli
18.00 - 20.00	DANZARE LA VITA Isabella Peghin	18.00 - 19.15	VINYASA FLOW & DANCING WITH MYSELF Vera Bettiol e Nicola Artico	18.00 - 19.00	VINYASA Saraswati, creatività, espressione e conoscenza Sabrina Scarfò	18.00 - 19.15	VINYASA YOGA Impara a direzionare la tua energia scoprendo i 5 Vayus Sayonara Motta	18.00 - 18.30 18.30 - 19.00	CRYSTAL BATHING Meditazione immersa tra i cristalli Mariangela Miozzi
				20.30	EVENTO SERALE 5Ritmi: Movimento, Musica, Connessione Marcella Panzeri				

Sabato 14 Settembre

Area 1		Area 2		Area 3		Area 4		Mini Laboratori	
6.45 - 8.00	IL SUONO DELL'ALBA Vinyasa Yoga per il risveglio con musica dal vivo Vera Bettiol e Nicola Artico			6.45 - 8.00	CRYSTAL FLOW Mariangela Miozzi				
8.00 - 9.00	YOGA TIBETANO Caterina Metisin	8.00 - 9.00	VINYASA YOGA L'energia che fluisce Jari Ranzato	8.00 - 9.00	FIVE KOSHA Morena Firpo e Sergio Muniz	8.00 - 9.00	QI WELL Cristiano Lollo	8.00 - 9.00	YOGA AI TEMPI DI INSTAGRAM Alessandra Rusciano
9.30 - 10.30	LA DANZA DELLE SPIRALI Pratica di Qigong Claudio Cedolin	9.30 - 10.45	YOGA ORMONALE Vera Bettiol	9.30 - 10.30	VINYASA YOGA Chakras e Mudras per connettere con con i 5 Koshas Sayonara Motta	9.30 - 11.00	SOUL MOTION Quando l'anima viaggia nel corpo Marcella Panzeri	9.30 - 10.30	AYURVEDICA E YOGA Adriana Gonzalez Hinojosa
11.00 - 12.45	BHATHA YOGA La mente ed il corpo al servizio del cuore Giovanni Asta	11.00 - 12.00	PRATICA DEL MANTRA Neti Neti Nicola Artico	11.00 - 12.00	YIN/RESTORATIVE CON MANTRA CANTATI IN SOTTOFONDO Morena Firpo e Sergio Muniz	11.30 - 12.30	IPATH® RESTORATIVE YOGA Alessandra Rusciano	11.00 - 12.45	GLI YOGASUTRA Una psicologia sopraffina Claudio Cedolin
14.00 - 14.50	VINYASA FLOW Elisa Fioranzato			14.00 - 14.50	YOGA E AYURVEDICA Adriana Gonzalez Hinojosa				
15.00 - 16.00	IL RESPIRO CHE CURA Respirazione e Pranayama per la salute Claudio Cedolin	15.00 - 16.30	ANNAMAYA KOSHA Fabio Furlan	15.00 - 16.00	YOGA TERAPEUTICO PER LA MENOPAUSA Energia di Pitta, imparare a termoregolare il corpo con le vampate Sayonara Motta	15.00 - 16.30	ESTENSIONI E FLESSIONI SPINALI Alessandra Rusciano	15.00 - 16.00	LA RESPIRAZIONE CHE CURA Stress, emozioni e sistema immunitario Arianna Ceroni Agostinelli
16.30 - 17.45	PAYATTU LAB Il risveglio del guerriero Caterina Metisin	16.30 - 17.30	PRANAYAMA KOSHA Fabio Furlan	16.30 - 18.00	YOGA THEATRE Il passo dal tappetino alla vita Jessica Ugatti e Francesco Zinamosca	17.00 - 18.30	SOUL MOTION Quando l'anima viaggia nel corpo Marcella Panzeri	16.30 - 17.30	L'APPROCCIO VEDICO AL BENESSERE Nicola Manente
18.00 - 19.30	BHATHA YOGA Dipingi con il corpo allineamenti perfetti... per te!!! Giovanni Asta	18.00 - 18.45	TANTRA BALANCING Musica e yoga per bilanciare la parte femminile e maschile in noi Vera Bettiol e Nicola Artico			18.00 - 19.30	ENĪTATHYANANDA La beatitudine del puro flusso La natura che mi abita Dan DurgāDevi Ficetola	18.00 - 19.00	METTA L'AMOREVOLE GENTILEZZA Caterina Metisin
				20.30	CONCERTO SERALE Gruppo Vira				

Domenica 15 Settembre

Area 1		Area 2		Area 3		Area 4		Mini Laboratori	
6.45 - 8.00	IL RISVEGLIO DEL SOLE Risveglia la forza del sole praticando all'alba in riva al mare Claudio Cedolin e Caterina Metisin								
8.00 - 9.00	YOGA TERAPEUTICO PER I DOLORI ARTICOLARI Fluire come l'acqua per trovare la resilienza Sayonara Motta	8.00 - 9.00	ENĪTATHYANANDA La beatitudine del puro flusso La natura che mi abita Dan DurgāDevi Ficetola	8.00 - 9.30	VINYASA YOGA Mala Flow Jari Ranzato	8.00 - 9.00	OLISTIC WORKOUT Stretching dei Meridiani Cristiano Lollo	8.00 - 9.00	IL CANTO DEL MANTRA Arianna Ceroni Agostinelli
9.00 - 10.30	LA DANZA DEGLI ANIMALI Pratica di Qigong Claudio Cedolin	9.30 - 10.30	VINYASA ASTROFLOW E CONCERTO ASTROLOGICO FINALE Vera Bettiol e Nicola Artico			9.30 - 10.30	KUNDALINI Morena Firpo e Sergio Muniz	9.30 - 10.30	LA VERITÀ SULLA MENOPAUSA Sayonara Motta
10.45 - 12.00	DISCHIUDI I SETTE FIORI Meditazione sui sette chakra - Mudrā - Mantra - Prāṇāyāma Caterina Metisin	11.00 - 12.15	MANOMAYA KOSHA Fabio Furlan	10.00 - 12.00	POWER OF YOGA Workshop Roberto Bocchi	11.00 - 12.00	DEA FLOW Archetipi e poteri Jessica Ugatti e Francesco Zinamosca	11.00 - 12.00	PRESENTAZIONE "SOGLIAVO LA CIOCCOLATA E BEAUTIFUL, MA LA MEDITAZIONE MI HA SALVATO" Viviana Musumeci
				12.30 - 13.30	KIRTAN FINALE Musicisti e insegnanti				

\*Il programma potrebbe subire variazioni