

20-21 MAGGIO 2017

ASOLO

VILLA FREYA

simulfestival.it

SIMUL SIGNIFICA INSIEME

PERCHÉ IL BENESSERE CONDIVISO È BENESSERE CHE SI MOLTIPLICA

SABATO 20 MAGGIO

09:00	APERTURA FESTIVAL
09:30 - 11:00	● ● NADA YOGA con Mahesh
10:00 - 11:00	● ● WORKSHOP IN CUCINA con Laura Faggian: "Il cibo come elisir della bellezza"
11:00 - 11:30	YOGA NIDRA con Elio
11:00 - 12:00	● YOGA INTEGRALE con Paola
11:30 - 12:30	RAJA YOGA con Giovanna
12:00 - 13:00	● CONOSCERE E PERCEPIRE LA NOSTRA MUSCOLATURA PELVICA con Caterina
12:00 - 12:30	YOGA NIDRA con Elio
12:30 - 13:30	INCONTRO con Dr. Giovanni Zanon "Reishi e shiitake, immunostimolanti naturali: i funghi del benessere"
13:00 - 13:30	YOGA NIDRA con Elio
14:00 - 15:00	● STRETCHING DEI MERIDIANI con Rossella
14:00 - 15:00	MEDITAZIONE "Presenza tra movimento e mantra" con Maya
14:30 - 15:30	LABORATORIO OLFATTIVO con il profumiere Roberto Dario "Presentazione del marchio di profumeria DFG 1924: storia, profumi ed ispirazioni"
14:30 - 15:00	YOGA NIDRA con Elio
15:00 - 16:00	● ● WORKSHOP IN CUCINA con Silvia Giordani "Cibi e cotture per rinforzare gli organi e rigenerare l'organismo creando armonia tra il corpo e la mente"
15:30 - 16:30	● NADA YOGA con Mahesh
15:00 - 16:00	PILATES con Silvia
16:00 - 17:00	INCONTRO CON L'OSTEOPATA Giovanni Castegnaro Lezione teorico-pratica
16:30 - 17:30	● FIT PILATES con Rossella
17:30 - 18:30	CONCERTO KIRTAN condotto da Mahesh

DOMENICA 21 MAGGIO

9:00	APERTURA FESTIVAL
9:30 - 11:00	● ● YOGA OLISTICO E MEDITAZIONE AJAPA JAPA con Elio
10:00 - 11:00	CONFERENZA MUSICOTERAPIA con Dr. Arturo Nuara "Ritrovare il proprio suono. Come la musica apre i canali di movimento, linguaggio ed emozioni"
11:00 - 12:00	CONFERENZA con Dott.ssa Dacia Dalla Libera "Malattia di Parkinson: stare meglio con l'Ayurveda; risultati da uno studio scientifico di medicina integrata"
11:00 - 12:30	● ● NADA YOGA con Mahesh
12:30 - 13:00	YOGA NIDRA con Elio
13:30 - 14:00	YOGA NIDRA con Elio
14:00 - 15:00	● STRETCHING FUNZIONALE con Edoardo
14:30 - 15:30	LABORATORIO OLFATTIVO con il profumiere Roberto Dario "Scegliere il profumo: una guida con DFG 1924"
15:00 - 16:00	● ● WORKSHOP IN CUCINA con Silvia Giordani "I rimedi macrobiotici per l'autocura" (disturbi digestivi)
15:00 - 17:00	● ● YOGA SCUOLA ANANDA MARGA con Mario
16:00 - 16:30	YOGA NIDRA con Elio
16:00 - 17:00	COVATECH PILATES con Alessia
16:00 - 17:00	● ● LABORATORIO ARTISTICO DI CERAMICA con Chiara Sonda
16:30 - 17:30	● ● WORKSHOP IN CUCINA con Dott.ssa Dacia Dalla Libera e Marina Bianchin Nutrizione ayurvedica: "I cibi per guarire corpo, mente e anima"
17:00 - 18:00	TECNICHE RESPIRO/PRANAYAMA con Mario
17:00 - 18:00	● ● NADA YOGA con Mahesh
18:00 - 19:00	CHIUSURA FESTIVAL - CONCERTO KIRTAN condotto da Mahesh E APERITIVO offerto da Albergo Al Sole

INGRESSO GIORNALIERO €15,00

Accesso alla Villa e partecipazione alle attività non a pagamento (segnalate in programma)

INGRESSO GIORNALIERO OFFERTA €30,00

Accesso alla Villa e partecipazione a tutte le attività segnalate in programma esclusi i corsi di cucina e i trattamenti

PRANZO (offerta responsabile)

12:00-14:00 - Cucina naturale a base di cereali verdure e legumi di Silvia Giordani

TRATTAMENTI OLISTICI A SIMUL

€30,00 - €35,00 a seconda della tipologia

MONETE DI SCAMBIO

● Donnina Gialla del valore di € 10,00

● Donnina Verde del valore di € 5,00

Potrai acquistare queste monete all'ingresso per partecipare alle lezioni sul prato, al workshop in cucina e per ricevere i trattamenti.

Si consiglia di prenotare anticipatamente i workshop in cucina e i trattamenti olistici.



LIMPERFETTO

