

HATHA YOGA
Sabato 16 maggio
dalle 10 alle 12

Srotola il tuo tappetino e pratica con noi!



Queste due attività si svolgeranno presso
Palestra Scuola Elementare
"IV Novembre"
Via Monfalcone 15 - Varese
INGRESSO LIBERO

TAI CHI
Sabato 16 maggio
dalle 15 alle 17

Abiti comodi e vieni a praticare con noi!



Prenota il tuo posto

presso
ArteKrea
Corsi & Eventi
Via Dalmazia 78
Varese
Cell. 333 806 26 79

- | | |
|----------------|-------------------|
| Gruppo Lettura | Reiki |
| Pittura | Fiori Australiani |
| Scrapbooking | Cranio Sacrale |
| Massaggi | Bagno Sonoro |
| Mindful eating | Digitopressione |

INGRESSO LIBERO

Scopri attività che nutrono il corpo, la mente e lo spirito; stimola la tua creatività per ritrovare equilibrio, serenità e nuove energie.

A ogni età.

In ogni momento della vita.

ArteKrea
Corsi & Eventi

OPEN DAYS

di
Benessere
Creatività
Crescita Personale

15, 16 e 17
maggio

su prenotazione
INGRESSO LIBERO



Divertiti, rilassati e
conosci te stesso



INGRESSO LIBERO - Su prenotazione
Venerdì 15 maggio
presso Via Dalmazia 78 - Varese

15:00 19:00	<ul style="list-style-type: none"> Digitopressione Reiki Massaggio intuitivo (sessione individuale)
20:30 21:30	Bagno sonoro con campane tibetane (sessione collettiva)



INGRESSO LIBERO - Su prenotazione

Sabato 16 maggio
presso Via Dalmazia 78 - Varese

09:00 13:00	<ul style="list-style-type: none"> Campane Tibetane Digitopressione Reiki Massaggio intuitivo Cranio Sacrale (sessione individuale)
15:00 16:00	Esposizione quadri e opere Artista: Rosario Pirrotta
16:00 17:00	Mindful eating La consapevolezza nell'alimentazione
17:30 18:30	Gruppo lettura Il CapoVerso Breve lettura e discussione
20:30 21:30	Bagno sonoro con campane tibetane (sessione collettiva)

INGRESSO LIBERO - Su prenotazione

Domenica 17 maggio
presso Via Dalmazia 78 - Varese

09:00 13:00	<ul style="list-style-type: none"> Campane Tibetane Digitopressione Reiki Massaggio intuitivo Cranio Sacrale (sessione individuale)
15:00 16:00	La Floriterapia Workshop Fiori Australiani
16:30 17:30	Laboratorio Creativo di Scrapbooking
18:00 19:00	Meditazione della gentilezza amorevole

