

VareseNews

Pomeriggio di relax a Villa Della Porta Bozzolo

Pubblicato: Lunedì 22 Settembre 2014

Pomeriggio di relax a Villa Della Porta Bozzolo di Casalzuigno. Nel pomeriggio di **domenica 28 settembre** i visitatori potranno cimentarsi con **la disciplina orientale dello yoga**, che individua nella natura, oltre ad aria, acqua, terra e fuoco, un quinto elemento ovvero lo "spazio". La lezione si terrà all'aperto per assaporare il prana dato dalla natura e dialogare con il nostro spazio "interiore". Con la guida di un insegnante qualificato, Lorenzo Martinelli, dopo una breve introduzione/presentazione verrà eseguita una sequenza di asana, semplici posizioni adatte ai principianti, ma interessanti anche per praticanti di yoga più esperti.

Nel corso del pomeriggio una degustazione di tisane e il test dei Fiori di Bach, a cura dell'Erboristeria Natura e Vita di Varese. Durante l'arco dell'intera giornata si potranno effettuare visite guidate alla Villa mentre i giovani visitatori potranno partecipare al percorso-gioco, un'avvincente indagine che porterà grandi e piccini a raccogliere indizi e scoprire i segreti di una nobile famiglia Settecentesca.

LA PRENOTAZIONE PER LA LEZIONE YOGA E' OBBLIGATORIA

tel. 0332.624136 // e-mail faibozzolo@fondoambiente.it

L'evento si terrà anche in caso di mal tempo, all'interno di spazi coperti

BIGLIETTI

Adulti 7,50; Bambini (4-14 anni) e Iscritti FAI 4 euro

FAI – VILLA DELLA PORTA BOZZOLO

E-mail faibozzolo@fondoambiente.it

Tel 0332 624136 – Fax 0332 624748

Redazione VareseNews

redazione@varesenews.it