

Dallo yoga musicale alla storia del gioiello con VareseCorsi weekend

Date : 29 Settembre 2021

Tornano gli appuntamenti di **Varesecorsi** dedicati alla cultura, alla storia, all'arte, allo sport, in modalità online o in presenza. Gli incontri sono gratuiti, su prenotazione.

Questa settimana sono in programma **due incontri**, uno in presenza e uno online. È possibile prenotare ciascuna lezione entro **venerdì 1 ottobre** alle ore 12, indicando **nome, cognome e indirizzo email**. L'iscritto riceverà una mail con le istruzioni o il link per partecipare all'evento.

YOGA DEL SUONO

con **Adalberto Zappalà Venerdì 1 ottobre ore 17.30** (evento online) Introduzione allo yoga del suono (Nada Yoga), nel quale vengono usati i suoni vocali per portare energia e benessere alla mente e al corpo. Esempi di semplici esercizi con la respirazione e il suono per elevare il livello di coscienza. Evento online: verrà inviato via mail il link per partecipare alla videolezione gratuita.

Adalberto Zappalà: insegnante di yoga di VareseCorsi e diplomato in musicoterapia (Metodo Nada Brahma).

Per prenotare scrivere a segreteria@ilcavedio.it

STORIA DEL GIOIELLO con Valentina Grassi

Il filo di Vale **Lunedì 4 ottobre ore 17.30 (evento in presenza)**

Lezione di presentazione del corso "**Storia del gioiello**": tra mitologia e società, l'evoluzione dalla preistoria al gioiello contemporaneo, tecniche di lavorazione e influenza sulla società. Sarà possibile fare domande all'insegnante, scoprire il programma del corso e alcune interessanti curiosità sulla storia del gioiello. Evento in presenza: Sede VareseCorsi, Piazza Motta 4. **Massimo 16 partecipanti**. Necessario green pass. Valentina Grassi: proprietaria del negozio Il Filo di Vale a Varese, dove realizza bijoux anche con design personalizzato.

Per prenotare scrivere a segreteria@ilcavedio.it