



Associazione Garuda A.s.d.

Percorsi naturali verso il Benessere



Rebirthing – Ginnastica metodo Yoga, Acroyoga, Feldenkrais – TaijiQuan – Qi Gong –
Meditazione – Bagni sonori – Costellazioni familiari – Insegnamenti e Iniziazioni Buddhiste

SABATO 25 MAGGIO 2019

In occasione della **WELLNESS WEEK 2019**

RELAX DAY !

presso l'Agriturismo La Valle dei Conti
Via Montiano 767 - Calise di Cesena



Per info: Sanzio 335 5929637 - Alice 347 2998994

Programma delle attività GRATUITE:

Ore 10.00 → 11.00	QI GONG
Ore 11.15 → 12.15	Ginnastica metodo YOGA
Ore 12.30 → 14.30	PAUSA PRANZO
Ore 14.30 → 15.30	Ginnastica metodo FELDENKRAIS
Ore 15.45 → 17.45	REBIRTHING
Ore 18.00 → 19.00	TAIJIQUAN (Tai Chi Chuan)



Tutte le attività sono completamente GRATUITE e accessibili a chiunque.

Tutti i partecipanti sono invitati a presentarsi con abbigliamento comodo, muniti di tappetino yoga, o telo da mare o qualsiasi altro accessorio per potere stare sdraiati comodamente all'aperto. Inoltre, plaid per coprirsi durante il rilassamento e cuscino per appoggiare la testa.

In caso di pioggia, l'evento verrà annullato !



Via Savio 1.960 - 47522 CESENA (FC) – Tel. 0547 335977
Web: www.centrogaruda.org – E-mail: info@centrogaruda.org
Facebook – [Centro Garuda Arti Olistiche](#)