

LINK AL CHIOSTRO

Benvenuto Benessere

Presentazione attività primavera estate
partecipazione GRATUITA

14 maggio 2022

Presso il Chiostro di Santa Maria di Castello 14 - Alessandria

PROGRAMMA DELLA GIORNATA

MATTINO

- h. 9.00 Taijiquan conduce Valter Bellisario
- h. 10.00 Yoga iyengar conduce Daniela Cassina
- h. 11.00 Contakids conduce Alessandro Nosotti 3-5 anni

PRANZO - CENA

Possibilità di consumo delivery con menù dedicati de Il Moscardo ed Orto Zero caffè oltre ad una deliziosa scelta di gelati Torre Veglio di Teruggia in comoda zona relax.

POMERIGGIO

- h. 15.00 Contakids conduce Alessandro Nosotti 6-10 anni
- h. 16.00 BabYoga Yoga bimbi conduce Radha Grecu 4-10 anni
- h. 17.00 Taijiquan conduce Valter Bellisario
- h. 18.00 Danza Della Dea® conduce Chiara Ferrari Vignolo
- h. 19.00 Nordic Walking conduce Davide Ghossein

SERA

- h. 21.00 Bagno di Gong conduce Chiara Ferrari Vignolo

Le sessioni saranno **gratuite** e avranno una durata di **50 min.** circa. Il numero di partecipanti per ciascuna sessione è limitata, si consiglia la prenotazione.

Stand:
punto informativo iniziative **LINK Andando e Stando libreria** con selezione di libri tematici
La Genziana #erboristamilitante
Dott.ssa R. Borello con una selezione di prodotti dedicati al benessere

per prenotazione:



Partners:

Stand:

Iniziativa realizzata all'interno del progetto:

