

5° benESSERE FESTIVAL - DOMENICA 25 MAGGIO 2025

ASILO TROMBINI



PROGRAMMA SALA CONFERENZE

10.00 -11.00 "La rabbia nemica-amica, trasformarla attraverso l'ipnosi" con CRISTINA SACCANI

11.00-12.00 "Riequilibrio emozionale - laboratorio di crescita personale" con MAURIZIO TEAM HSS

14.00-15.00 "Dove la natura incontra la tecnologia: il futuro del benessere è fresco, vegano e sostenibile" con M. Rebosio-N. Moretti

15.00 - 16.00 "I tuoi numeri ti conoscono: conoscili, guarisci e trasforma la tua vita" con LETIZIA MARMI

16.00-17.00 "Le 5 ferite dell'anima nel Tema Natale: individuarle per sconfiggerle" con ILARIA CASTELLI - L'ASTRO NELLA MANICA

17.00-18.30 "Alchimia evolutiva: fare anima" con SARA ASCOLI

WORKSHOP ALL'APERTO

10.00-11.00 GENTLE YOGA* con FRANCESCA SALA

11.00-12.00 VINYASA YOGA* con FRANCESCA SALA

15.00-16.00 "La base del movimento del Taijiquan" con Andrea Ilari - Mani come nuvole

16.00-17.00 "Lezione di pilates matwork con piccoli attrezzi" con EVI WUNDERER

17.00 - 18.00 "Lezione di Yin Yoga" con EVI WUNDERER

PROGRAMMA WORKSHOP



- 10.00-11.00 "Ritrovarsi nel respiro" con ALESSANDRA ANDREIS
- 11.00 - 11.30 "Reiki la mia rinascita" con Massimo Dairei Zambelli
- 11.30 - 12.30 "Controllare le emozioni negative con il Reiki e i cristalli" con ILARIA CASTELLI - KurAma
- 14.00-15.30 "Conoscendo le mie radici" - Laboratorio di Costellazioni familiari * con MONICA MAFFEO
- 15.30-16.30 "Combattere lo stress con il Pranic healing" con CRISTINA MUTTI
- 16.30-17.00 "Nel cuore delle emozioni, dove finisce il giudizio inizia la verità" con SCILLA CHIEMENTIN
- 17.00-18.00 Bagno di Gong* con STEFANO COLOMBO (IL GINKO GIALLO)
- 18.00-18.45 "Il corpo ricorda: liberare le memorie cellulari per ritrovare se stessi" con FRANCESCA SCHIRALLI

*Attività per le quali verrà richiesta un'offerta libera o contributo