



vacanza studio a

# VALLIO TERME

dal 6 all'14 luglio

## PROGRAMMA CULTURALE

### 6 luglio

- 14:00.....inizio check-in
- 
- 21:00-22:30.....conferenza su “Introduzione alla Filosofia Macrobiotica” con Marco Bavelli

### 7 luglio

- 7:30-8:30..... lezione di Yoga
- 10:00-14:30.....passeggiata sull'Altopiano di Ere a Vallio Terme e pranzo al sacco al Rifugio degli Alpini - durata 4 ore - è possibile raggiungere il luogo in macchina
- 21:00-22:30..... conferenza su “A quale acqua credere?” con il Dott. Sergio Berardi, direttore di Terme Vallio

### 8 luglio

- 7:30-8:30..... lezione di yoga
- 10:00-12:00.....corso di cucina macrobiotica
- 14:30-16:30.....visita a Gardone Riviera - possibilità di visitare il Vittoriale previa prenotazione (19 euro)
- 21:00-22:30.....conferenza su “La Yin e lo Yang nel Feng Shui e nella medicina tradizionale cinese” con Alessandro Petrillo, consulente Feng Shui

### 9 luglio

- 7:30-8:30.....lezione di yoga
- 10:00-12:00.....corso di cucina macrobiotica
- 14:30-19-30.....visita a Brescia
- 21:00-22:30.....conferenza su “Spiralstabilization: la stabilizzazione attraverso il movimento” con Maria Forti, naturopata e riflessologa



vacanza studio a

# VALLIO TERME

dal 6 all'14 luglio

## PROGRAMMA CULTURALE

### 10 luglio

- 7:30-8:30.....lezione di Spiral Stabilization
- 17:00-19:30 .....corso di cucina Macrobiotica
- 21:00-22:30.....conferenza su “La Macrobiotica nella vita quotidiana” con Marco Bavelli

### 11 luglio

- 7:30-8:30.....lezione di yoga
- 14:30-19:30..... Visita a Sirmione
- 21:00-22:30.....conferenza su “Iridiologia, la mappa che indica la via della salute” tenuta da Marco Patton, iridiologo e naturopata

### 12 luglio

- 7:30-8:30.....lezione di yoga
- 10:00-12:00.....visite iridiologiche
- 17:00-19:30.....corso di cucina Macrobiotica
- 18:00-19:30.....conferenza su “Il linguaggio del capello sensoriale”
- 21:00-22:30.....conferenza su “Legalità in memoria delle vittime della mafia” con Pina Catalano, sorella di Agostino Catalano caposcorta di Borsellino

### 13 luglio

- 7:30-8:30.....lezione di yoga
- 10:00-12:00.....visita a Salò
- 18:00-19:30.....conferenza su “Attività fisica e nutrizione” con il Dott. Alberto Laffranchi
- 21:00-22:30.....festa