

PROGRAMMA

Vacanza a Piancavallo

17-24 agosto 2025

Domenica 17 agosto

- 13,00 Check in
 21,00 Presentazione delle attività della settimana e introduzione alla teoria delle 5 trasformazioni a cura di *Marco Bavelli, consulente ambientale*

Lunedì 18 agosto

- 7,30 Risveglio muscolare con *Maira Forti*
 10,00 Escursione livello base con *Maira Forti e Marco Patton*
 17,00 Corso di cucina macrobiotica
 21,00 Spiral stabilization, la stabilizzazione attraverso il movimento incontro con *Maira Forti, naturopata*

Martedì 19 agosto

- 7,30 Risveglio muscolare con *Maira Forti*
 10,00 Passeggiata erboristica con *Maira Forti*
 17,00 Corso di cucina macrobiotica
 21,00 Iridologia e fitoterapia incontro con *Marco Patton*

Mercoledì 20 agosto

- 7,30 Risveglio muscolare con *Maira Forti*
 10,00 Escursione livello medio con *Maira Forti e Marco Patton*
 16,00 Laboratorio oleolito d'iperico
 17,00 Corso di cucina macrobiotica
 21,00 Incontro con *Antonio Segat e Marco Piccoli* giovani agricoltori

Giovedì 21 agosto

- 7,00 Risveglio muscolare con *Maira Forti*
 9,00 Gita a Malnisio e sentiero naturalistico
 18,00 L'aquila reale nelle Prealpi pordenonesi incontro con *Mauro Caldana, appassionato naturalista*
 21,00 Camminare nella natura incontro con *Marco Patton*

Venerdì 22 agosto

- 7,30 Risveglio muscolare con *Maira Forti*
 10,00 Escursione livello base con *Maira Forti e Marco Patton*
 17,00 Corso di cucina macrobiotica
 21,00 La Macrobiotica nella vita quotidiana, incontro con *Marco Bavelli, consulente ambientale*

Sabato 23 agosto

- 7,30 Risveglio muscolare con *Maira Forti*
 17,00 Corso di cucina macrobiotica
 21,00 Festa

Domenica 24 agosto

- 7,30 Risveglio muscolare con *Maira Forti*
 10,00 Check out

TUTTI I GIORNI

- 8,30 Colazione
 13,00 Pranzo
 19,30 Cena



Le escursioni sono adatte a tutti.
 Sono richiesti scarpe e abbigliamento idonei