

<b>Orario</b>				
Sabato				Varie
1 16.30 - 18.00	Degustazione miele e tisane	Feldenkrais	Shiatsu	
2 18.15 - 19.15	Stretching strutturale	Difesa personale	Fit walking	
3 21.00		Serata Danzante '80-'90 ( Tarcisio )		
<b>Domenica</b>				
4 7.30	Rito tibetano dei 30			
5 9.30 - 10.15	Vinasa yoga	Qi Gong	Ossa per la vita	
6 10.30 - 11.30	Ciotole cantanti	Difesa personale	Flessibilità e resistenza	
7 15.30 - 16.30	Tai Chi	Feldenkrais	Fit walking	
8 17.00 - 18.15	Difesa personale		Campane tibetane	