

AREA GIALLA

Bambini

Dalle 10.00 alle 10.50 e dalle 11.00 alle 11.50:
"SUONIAMO INSIEME: Laboratori aperti di musica di insieme per adulti e bambini di ogni età".
A cura dell'associazione "IL GIARDINO DEI LINGUAGGI".
E' gradita la prenotazione a Luca: 347 1955070

Ore 10.30:
Yoga bambini con Arianna,
educatrice e insegnante di yoga per bambini
- dai 5 anni in su - portare un tappetino

Dalle ore 15.00:
"ATELIER DELLE MERAVIGLIE - IL PASSATEMPO" -
Aterlier per bambini dagli 0 ai 99 anni
a cura della Scuola dell'Infanzia S.G. Bosco di Borzano

Ore 16.00
LA MAGIA DELLE BOLLE
a cura della street artist Volpe Franca

Dalle ore 17.00
Laboratorio di INVENTA FAVOLE per bambini
e adulti dai 6 anni di età: "LIBERA LA FANTASIA.
INVENTA UNA STORIA CHE DIVENTERA' UN LIBRO"
a cura dell'artista e scrittore Smiraglio Marco.
E' gradita la prenotazione al numero 339 1042886

AREA ARGENTO

Attività per adulti e famiglie

Ore 10.00
Biciclettata Slow Bike
a cura di NEW BIKE ASD.
Prenotazione al 339 1485500

Ore 10.30
CAMMINATA METABOLICA LETTERARIA
L'esercizio guidato che ti fa rinascere, semplice,
divertente, allenante
Trainer: Giovanna Corradini, Elisa Incerti, Daniela Veronesi
Porta il tappetino personale e l'acqua
Prenotazioni (30 posti disponibili): 392 9507411 (WhatsApp)
In collaborazione con Biblioteca Comunale P. Neruda

Ore 11.15
"Camminata della salute dei 5 elementi e della medicina
tradizionale cinese"
a cura della Pol. Borzanese

Ore 15.30
"Borzano tra storia, miti e leggende"
Camminata tra la storia e le leggende di uno dei siti
storici più importanti del nord Italia, Borzano
a cura del CEAS di Albinea



di Negro Guarnio & C.
COMMERCIO - PEZZAME - CARTA
ANTIFORTUNISTICA
MATERIALE MONOUSO



"Per tutta la giornata mercato del Benessere,
giochi e sport con possibilità
di provare diverse discipline e giochi antichi,
musica e divertimento"

Presso Parco dello Sport
Via Gramsci 51 Borzano di Albinea (RE)

INFORMAZIONI E CONTATTI

Luca 347.4279700

www.polisportivaborzanese.it

info@polisportivaborzanese.it

[polisportivaborzanese](https://www.facebook.com/Polisportiva-Borzanese)



Con il patrocinio di



COMUNE DI ALBINEA



Domenica
1 OTTOBRE 2023
dalle 9:30 alle 18:00

Presso Parco dello Sport
Via Gramsci 51 Borzano di Albinea (RE)

BENESSERE AL PARCO

6^a Edizione



Radio ufficiale
dell'evento



Lifestyle medicine
Operatori olistici
Mercato del benessere
Conferenze
Workshop

Attività per bambini
Street food
Cucina gluten free
Sport
Attività all'aperto

Ingresso
gratuito

<https://facebook.com/Polisportiva-Borzanese>

INSIEME è un posto bellissimo

AREA BIANCA

Conferenze

Dalle ore 11.00 alle 11.50

"I Bars e gli strumenti di Access, i benefici e perchè apprenderli"
Dissipa da subito stress, paura e schemi limitanti, rilassati e accedi a più creatività e a nuove possibilità
a cura di Mariacristina Bulgarelli

Dalle ore 12.00 alle 12.50

"Elettrocultura e agricoltura vibrazionale: I Menhir"
a cura di Rituani Pietro - Riflessologo Dien Chan

Dalle ore 14.00 alle 14.50

"Aiutiamoci a pensare, per ristabilire la giusta connessione con la nostra anima e raggiungere la realizzazione più profonda e appagante durante la nostra esistenza materiale"
a cura di Alceo Madeia - Scrittore

Dalle ore 15.00 alle 15.50

"Dolce vita: conosciamo gli zuccheri che troviamo nella nostra spesa"
a cura del Dott. Cappa Stefano - Nutrizionista

Dalle ore 16.00 alle 16.50

"La prevenzione cardiovascolare di genere"
a cura della Dott.ssa Vastano Luisa - Cardiologa

Dalle ore 17.00 alle 17.50

"Eliminiamo per sempre i vizi posturali che ci causano problemi, riprendendo il controllo sano e gratuito del nostro corpo"
a cura di Devis Incerti - educatore funzionale

AREA ROSSA

Conferenze

Dalle ore 10.30 alle 11.20

"Affrontare i dolori muscolo scheletrici: cosa fare in autonomia e a chi rivolgersi"
a cura dei Dott. Fornili Giorgio e Dott. Baroni Riccardo - Fisioterapisti

Dalle ore 11.30 alle 12.20

"Nutri il tuo BenEssere"
a cura della Dott.ssa Anzivino Laura - Nutrizionista

Dalle ore 12.30 alle 13.20

"Crescere figli emotivamente sicuri: la cura delle relazioni familiari"
a cura della Dott.ssa Spertino Giulia - psicologa

Dalle ore 14.30 alle 15.20

"Inconscio, memorie e vite passate - come funziona, le sue potenzialità e come accedervi"
a cura di Carletti Claudia

Dalle ore 15.30 alle 16.20

"Ascolta le tue emozioni e migliora la tua vita"
Conferenza di metamedicina
a cura della Dott.ssa Bocedi Greta
Agronomo, Naturopata e consulente di metamedicina

Dalle ore 16.30 alle 17.20

"Siamo noi questo piatto di grano"
Leggende e realtà sui Grani Antichi, dagli Agricoltori Custodi al Senatore Cappelli
Andrea Libero Gherpelli fondatore del progetto agricoltoricustodi.it di Correggio e attore

AREA VERDE

Workshop

Dalle ore 10.30 alle 11.20

"Lezione ed esibizione di Qi Gong"
a cura della Pol. Borzanese insegnante Girolodi Marco

Dalle ore 11.30 alle 12.20

"Lezione ed esibizione di MMA - Mixed Martial Arts"
a cura della Pol. Borzanese insegnante Righi Marco

Dalle ore 12.30 alle 13.20

"Lezione ed esibizione di Zumba"
a cura dell'insegnante Gattei Sonia

Dalle ore 14.30 alle 15.20

"LASCIA PARLARE L'ANIMA"
WORKSHOP tra DANZA, COLORE E MUSICA
a cura dell'artista Ambi Valeria Paola

Dalle ore 15.30 alle 16.20

"Lezione ed esibizione di Kundalini YOGA CLASSICO"
a cura della Pol. Borzanese, insegnante Girolodi Marco

Dalle ore 16.30 alle 17.20

"Lezione ed esibizione di Kundalini YOGA DONNA"
a cura della Pol. Borzanese, insegnante Anzivino Laura

Dalle ore 17.30 alle 18.20

"Lezione ed esibizione di Chen Taiji Quan"
a cura della Pol. Borzanese, insegnante Girolodi Marco "Wang Xian Chen Taiji"

AREA BLU

Workshop

Dalle ore 10.00 alle 10.50

"Lezione ed esibizione di Hata yoga"
a cura dell'insegnante Maffei Elena di scuola Shakti

Dalle ore 11.00 alle 11.50

"Lezione ed esibizione di Capoeira"
a cura dell'associazione interculturale Afrodanza di Quattro Castella

Dalle ore 12.00 alle 12.50

"Lezione ed esibizione di Danze africane"
a cura dell'associazione interculturale Afrodanza di Quattro Castella

Dalle ore 15.00 alle 15.50

"Lezione ed esibizione di Karate"
Maestri e allievi dimostreranno come si applicano le tecniche difensive del karate
a cura di Azato Karate Albinea

Dalle ore 16.00 alle 16.50

"Lezione ed esibizione di Salsa"
a cura dell'associazione U.S. Nuova Cupola

Dalle ore 17.00 alle 17.50

"Lezione ed esibizione di Bachata"
a cura dell'associazione U.S. Nuova Cupola

AREA ORO

Spettacoli

Ore 15.00

BABY-DANCE e balli di gruppo per i più piccoli
a cura dell'associazione U.S. Nuova Cupola

Ore 16.00

"PELLE DI FOCA" Il darsi agli altri fino a perdere la propria pelle. Narrazione poetica di Manuela Chiaffi la FilaFiabe ispirata al racconto di Clarissa Pinkola Estes con l'accompagnamento musicale della magica arpa di Agatha Bocedi
È gradita prenotazione al 340.3405531

Ore 17.00

concerto di musica strumentale a 432 Hz
di Andrea Conti - musicista vibrazionale e ricercatore olistico