



Città di Lendinara

# LENDINARA

**DOMENICA 18 GIUGNO 2017**

**ore 9.00 in via Montegrappa 31**

*Riporta la mente nel tuo respiro...*

*Ora ascolta senza giudicare.*

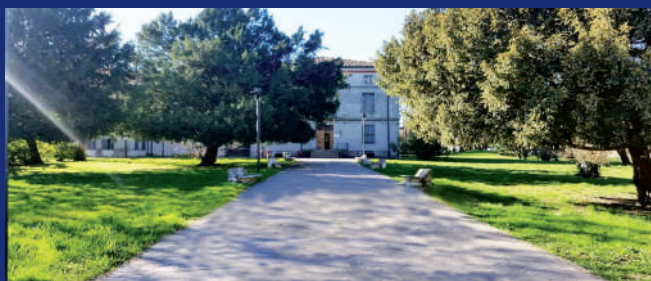
**GUARDARSI DENTRO.**

**Tecniche yoga e pratiche olistiche orientali  
per riscoprire l'armonia tra mente e corpo.**

**Nello spazio del giardino storico**

**di Palazzo Marchiori**

**(ex istituto G.B. Conti)**



**una giornata per riscoprire nella serenità del  
respiro delle pratiche olistiche, tutte le  
forme che il nostro corpo può esprimere, per  
non perdere quella fisicità che mantiene sveglia  
la mente. Il corretto equilibrio tra mente e corpo  
raggiunto con uso sapiente del respiro, ci farà **Ri-**  
scoprire di noi quello che avevamo dimenticato.**

**Sarà presente uno spazio gastronomico.**



## Programma

**AICS olistico Veneto ti invita a partecipare  
alla 1<sup>a</sup> edizione di  
ORIENTE A PALAZZO MARCHIORI (LENDINARA)  
Domenica 18 Giugno 2017  
inizio ore 10,00**

**Associazioni operanti nel settore della arti  
e tradizioni orientali si alterneranno in spazi  
riservati all'interno del Parco proponendo  
esperienze di pratica aperte a tutti e  
dimostrazioni delle discipline proposte.  
Lezioni di prova ed esperienze di cultura orientale  
dalle ore 10,30.**

**- Area pratiche energetiche:  
incontri di pratica con insegnanti Yoga e  
operatori Shiatsu**

**- Area Ki:  
pratiche e dimostrazioni di arti marziali con maestri**

**- Area cultura e suoni:  
troviamoci per ascoltare parole e suoni dell'oriente:  
conferenze su oriente, cultura del benessere  
e alimentazione, musica**

**- Area spazio gastronomico:  
cucina tradizionale e vega-vegetariana,  
sapere cosa e come mangiare.**

Col patrocinio e in collaborazione con:

