

FESTIVAL DELL'ORIENTE MILANO WORKSHOP BENESSERE		
VENERDI' 03 FEBBRAIO		
ORARIO	TITOLO	ORGANIZZATORE
10:30	TAIJI QUAN PER LA SALUTE E IL BENESSERE... A TUTTE LE ETA'	ASD TAIJITROTTER
11:00	TANGO BENESSERE	PAOLA COLCIAGO
11:30		
12:00	YOGA DELLA RISATA	BRUNA FERRARESE
12:30		
13:00	RISVEGLIO MUSCOLARE E PILATES	OMKI CENTRO STUDI E RICERCHE PER LA BIOARMONIA
13:30		
14:00	L'ARTE DEL MOVIMENTO ESSENO	ALAIN CONTARET
14:30		
15:00	ACROYOGA	PAOLA STROPENI – YOGA & MORE MILANO
15:30	ODAKAYOGA OPEN CLASS	SARA RAVAGNAN – CENTRO ALOHA
16:00		
16:30	YOGA DELLA RISATA	BRUNA FERRARESE
17:00	L'ARTE DEL MOVIMENTO ESSENO	ALAIN CONTARET
17:30		
18:00	AYURVEDIC DOA	SCUOLA AYURVEDIC DOA
18:30	NATURAL DANCE PILATES	ASSOCIAZIONE BINDU
19:00	YOGA KUNDALINI CON I BAMBINI MAESTRI E IL METODO MONTESSORI	DOTT.SSA MARIA FELICIA TUFANO – ASS. ADI SHAKTI NOLA
19:30		
20:00	AYURVEDIC DOA	SCUOLA AYURVEDIC DOA
20:30	YOGA KUNDALINI: EQUILIBRIO NELL'AURA E FORZA DEI NERVI	DOTT.SSA MARIA FELICIA TUFANO – ASS. ADI SHAKTI NOLA
21:00		
21:30	YOGA: LA DANZA DEL CUORE	ASD IL NUOVO RISVEGLIO
22:00		
22:30	DAI PRIMORDI DELLA CULTURA TRADIZIONALE CINESE ALLA SALUTE "PING"	MNEMOSINE & ASS. LA NUOVA VIA DELLA SETA & ITALY HEALTH AND CARE ASSOCIATION

FESTIVAL DELL'ORIENTE MILANO WORKSHOP BENESSERE		
SABATO 04 FEBBRAIO		
ORARIO	TITOLO	ORGANIZZATORE
10:30	LE ESSENZE DEL BENESSERE – AROMATERAPIA ED OLII ESSENZIALI	ARMONIA DI SCINTILLE
11:00	SHIATSU PER I BIMBI – UN TOCCO D'AMORE, SHIATSU PER BAMBINI E GESTANTI E TUINA' PEDIATRICO	ELENA BARZAGHI – FISIEO LOMBARDIA
11:30	YOGA KUNDALINI CON I BAMBINI MAESTRI E IL METODO MONTESSORI	DOTT.SSA MARIA FELICIA TUFANO – ASS. ADI SHAKTI NOLA
12:00		
12:30	ACROYOGA	PAOLA STROPENI – YOGA & MORE MILANO
13:00	MASSAGGIO AYURVEDICO	CARLO ALBERTO BASSI – STUDIO HCA
13:30	TRATTAMENTI OLISTICI	ARTE&NATURA
14:00	AYURVEDIC DOA	SCUOLA AYURVEDIC DOA
14:30	LE ESSENZE DEL BENESSERE – AROMATERAPIA ED OLII ESSENZIALI	ARMONIA DI SCINTILLE
15:00	LO SHIATSU FAMILIARE – L'APPLICAZIONE DELLO SHIATSU NEL SOCIALE	ROBERTO PALASCIANO – SCUOLA INTERNAZIONALE DI SHIATSU
15:30		
16:00	KRIYA YOGA KUNDALINI PER RIGENERARE LE CELLULE NERVOSE	DOTT.SSA MARIA FELICIA TUFANO – ASS. ADI SHAKTI NOLA
16:30		
17:00	AUTO-SHIATSU	DOUGLAS GATTINI – SCUOLA SHAMBALA SHIATSU
17:30	MASSAGGIO AYURVEDICO	CARLO ALBERTO BASSI – STUDIO HCA
18:00		
18:30	IL TUTTO E L'UOMO – NUMERI, MISURE E SHIATSU	STEFANO RICHETTI – A.I.T.P.
19:00	SHAKTI DANCE	DOTT.SSA MARIA FELICIA TUFANO – ASS. ADI SHAKTI NOLA
19:30		
20:00	SHIATSU E TERZA ETA'	MARCO ZIGRINO – SCUOLA HAKUSHA MILANO
20:30	AYURVEDIC DOA	SCUOLA AYURVEDIC DOA
21:00	KUNDALINI YOGA: 108 ASANA	DOTT.SSA MARIA FELICIA TUFANO – ASS. ADI SHAKTI NOLA
21:30	L'ARTE DEL MOVIMENTO ESSENO	ALAIN CONTARET
22:00	MASSAGGIO AYURVEDICO	CARLO ALBERTO BASSI – STUDIO HCA
22:30	DAI PRIMORDI DELLA CULTURA TRADIZIONALE CINESE ALLA SALUTE "PING"	MNEMOSINE & ASS. LA NUOVA VIA DELLA SETA & ITALY HEALTH AND CARE ASSOCIATION

FESTIVAL DELL'ORIENTE MILANO WORKSHOP BENESSERE		
DOMENICA 05 FEBBRAIO		
ORARIO	TITOLO	ORGANIZZATORE
10:30	L'ARTE DEL MOVIMENTO ESSENO	ALAIN CONTARET
11:00	LE ESSENZE DEL BENESSERE – AROMATERAPIA ED OLII ESSENZIALI	ARMONIA DI SCINTILLE
11:30	MASSAGGIO AYURVEDICO	CARLO ALBERTO BASSI – STUDIO HCA
12:00	YOGA KUNDALINI CON I BAMBINI MAESTRI E IL METODO MONTESSORI	DOTT.SSA MARIA FELICIA TUFANO – ASS. ADI SHAKTI NOLA
12:30	ACROYOGA	PAOLA STROPENI – YOGA & MORE MILANO
13:00	AYURVEDIC DOA	SCUOLA AYURVEDIC DOA
13:30	LE ESSENZE DEL BENESSERE – AROMATERAPIA ED OLII ESSENZIALI	ARMONIA DI SCINTILLE
14:00	SHIATSU PER I BIMBI – UN TOCCO D'AMORE, SHIATSU PER BAMBINI E GESTANTI E DI TUINA' PEDIATRICO	ELENA BARZAGHI – FISIEO LOMBARDIA
14:30		
15:00	KUNDALINI YOGA: RIMUOVERE TENSIONI E NEGATIVITA'	DOTT.SSA MARIA FELICIA TUFANO – ASS. ADI SHAKTI NOLA
15:30		
16:00	SHIATSU STILE IOKAI DI SHIZUTO MASUNAGA	ROBERTO PALASCIANO – SCUOLA INTERNAZIONALE DI SHIATSU
16:30	MASSAGGIO AYURVEDICO	CARLO ALBERTO BASSI – STUDIO HCA
17:00		
17:30	IL TUTTO E L'UOMO – NUMERI, MISURE E SHIATSU	STEFANO RICHETTI – A.I.T.P.
18:00	SHAKTI DANCE	DOTT.SSA MARIA FELICIA TUFANO – ASS. ADI SHAKTI NOLA
18:30	SHIATSU E SPORT – COME MIGLIORARE LE PERFORMANCE UNENDO MENTE E CORPO CON LO SHIATSU E NON SOLO	DOUGLAS GATTINI – SCUOLA SHAMBALA SHIATSU
19:00		
19:30	AYURVEDIC DOA	SCUOLA AYURVEDIC DOA
20:00	MA STO MEGLIO DOPO UN TRATTAMENTO SHIATSU O DOPO AVER MANGIATO UNA SACHER TORTE? - RIFLESSIONI SUL RAPPORTO TRA NOI, LE NOSTRE EMOZIONI, LO SHIATSU ED IL CIBO	MAURIZIO PARINI – SCUOLA HAKUSHA MILANO
20:30		
21:00	MASSAGGIO AYURVEDICO	CARLO ALBERTO BASSI – STUDIO HCA
21:30		
22:00	MEDITAZIONE TRASCENDENTALE NEL KUNDALINI YOGA	DOTT.SSA MARIA FELICIA TUFANO – ASS. ADI SHAKTI NOLA
22:30	DAI PRIMORDI DELLA CULTURA TRADIZIONALE CINESE ALLA SALUTE "PING"	MNEMOSINE & ASS. LA NUOVA VIA DELLA SETA & ITALY HEALTH AND CARE ASSOCIATION

FESTIVAL DELL'ORIENTE MILANO WORKSHOP BENESSERE		
VENERDI' 10 FEBBRAIO		
ORARIO	TITOLO	ORGANIZZATORE
10:30	YOGA DELLA RISATA	BRUNA FERRARESE
11:00	TANGO BENESSERE	PAOLA COLCIAGO
11:30		
12:00	OM MEDITATION E 108 MEDITATION	EDDA BARTOLOMEI E RICCARDO FLORIS
12:30	LA VOCE DEL METALLO: MEDITAZIONE SONORA CON HANDPAN	ENZ PERCUS
13:00		
13:30	I DONI DELL'ALCHIMIA E ANALOGIA CON I CHAKRA	ASD IL NUOVO RISVEGLIO
14:00	YOGA	OMKI CENTRO STUDI E RICERCHE PER LA BIOARMONIA
14:30		
15:00	TAIJI QUAN PER LA SALUTE E IL BENESSERE... A TUTTE LE ETA'	ASD TAIJITROTTER
15:30	YOGA DELLA RISATA	BRUNA FERRARESE
16:00		
16:30	LA VOCE DEL METALLO: MEDITAZIONE SONORA CON HANDPAN	ENZ PERCUS
17:00		
17:30	INTEGRAZIONE POSTURALE	MASSIMO SOLDATI - A.I.T.P. ASSOCIAZIONE DI INTEGRAZIONE POSTURALE TRANSPERSONALE
18:00	RISVEGLIO MUSCOLARE E PILATES	OMKI CENTRO STUDI E RICERCHE PER LA BIOARMONIA
18:30		
19:00	YOGA: LA DANZA DEL CUORE	ASD IL NUOVO RISVEGLIO
19:30		
20:00	NATURAL DANCE PILATES	ASSOCIAZIONE BINDU
20:30	OM MEDITATION E 108 MEDITATION	EDDA BARTOLOMEI E RICCARDO FLORIS
21:00		
21:30	COSTELLAZIONE SUI CHAKRA E IL RIEQUILIBRIO ATTRAVERSO I SUONI	ASD IL NUOVO RISVEGLIO
22:00		
22:30		

FESTIVAL DELL'ORIENTE MILANO WORKSHOP BENESSERE		
SABATO 11 FEBBRAIO		
ORARIO	TITOLO	ORGANIZZATORE
10:30	PRANAYAMA FLOW – TECNICHE DI RESPIRAZIONE PRANAYAMA	ANTONIO SPERA – SPERA YOGA MILANO
11:00	MASSAGGIO AYURVEDICO	CARLO ALBERTO BASSI – STUDIO HCA
11:30	SUN OF THE WARRIOR FLOW – PRATICA DI SALUTI AL SOLE ISPIRATA AL METODO ODAKA YOGA	MARIA AVARO – SPERA YOGA MILANO
12:00	ODAKAYOGA: ALLA SCOPERTA DEL METODO CHE TRAE ISPIRAZIONE DAL MOTO DELL'OCEANO	SARA RAVAGNAN – CENTRO ALOHA
12:30	LA VOCE DEL METALLO: MEDITAZIONE SONORA CON HANDPAN	ENZ PERCUS
13:00		
13:30	CONOSCERE SE STESSI E LA VITA ATTRAVERSO LA RESPIRAZIONE YOGA	RAVICANDRA – LAKSMI ASYA OM
14:00	RISVEGLIA I MUSCOLI DEL VISO CON LO YOGA FACCIALE	PETRA MIKLUS
14:30	IL SUONO SACRO DELLA GHIANDOLA PINEALE: FAVORIRE L'INTUIZIONE COME VIA PER IL RISVEGLIO AL SE'	DARSHANA P. TEDESCO – EOS ENERGIA OLOGRAFICA SISTEMICA
15:00	SHIATSU	MARCO ORSENIGO
15:30		
16:00	MASSAGGIO AYURVEDICO	CARLO ALBERTO BASSI – STUDIO HCA
16:30	SUN OF THE WARRIOR FLOW – PRATICA DI SALUTI AL SOLE ISPIRATA AL METODO ODAKA YOGA	MARIA AVARO – SPERA YOGA MILANO
17:00	LA VOCE DEL METALLO: MEDITAZIONE SONORA CON HANDPAN	ENZ PERCUS
17:30		
18:00	IL VISO: COSA CI INDICA E COME ALLENARLO	PETRA MIKLUS
18:30	KOBIDO – L'ANTICA VIA DELLA BELLEZZA	BARBARA ROSSI
19:00	SHIATSU	MARCO ORSENIGO
19:30		
20:00	TANGO BENESSERE	PAOLA COLCIAGO
20:30		
21:00	MASSAGGIO AYURVEDICO	CARLO ALBERTO BASSI – STUDIO HCA
21:30	YOGA FACCIALE: IL LIFTING NATURALE PER IL VISO	PETRA MIKLUS
22:00	ALLA RICERCA DELL'UNITA' DENTRO DI SE': YOGA E PSICOSINTESI PER UN CAMMINO DI REALIZZAZIONE	SUNDARI DEVI – LAKSMI ASYA OM
22:30		

FESTIVAL DELL'ORIENTE MILANO WORKSHOP BENESSERE		
DOMENICA 12 FEBBRAIO		
ORARIO	TITOLO	ORGANIZZATORE
10:30	OM MEDITATION E 108 MEDITATION	EDDA BARTOLOMEI E RICCARDO FLORIS
11:00	MASSAGGIO AYURVEDICO	CARLO ALBERTO BASSI – STUDIO HCA
11:30	YOGA DELLA RISATA	BRUNA FERRARESE
12:00	A∞M FLOW – PRATICA HATHA FLOW GUIDATA IN COPPIA	ANTONIO SPERA E MARIA AVARO – SPERA YOGA MILANO
12:30		
13:00	DANZA INDIANA: RITMO ED EMOZIONE PER L'ARMONIA DI CORPO E MENTE	ATMANANDA – TALAVIDYA ACADEMY
13:30		
14:00	RISVEGLIA I MUSCOLI DEL VISO CON LO YOGA FACCIALE	PETRA MIKLUS
14:30	KOBIDO – L'ANTICA VIA DELLA BELLEZZA	BARBARA ROSSI
15:00	SHIATSU	MARCO ORSENIGO
15:30		
16:00	MASSAGGIO AYURVEDICO	CARLO ALBERTO BASSI – STUDIO HCA
16:30	RIFLESSOLOGIA PLANTARE & NATUROPATIA: MANTENERE IL PROPRIO EQUILIBRIO PSICO-FISICO	FEDERICA SCHIRRIPA
17:00		
17:30	KOBIDO – L'ANTICA VIA DELLA BELLEZZA	BARBARA ROSSI
18:00	IL VISO: COSA CI INDICA E COME ALLENARLO	PETRA MIKLUS
18:30	CONOSCERE SE STESSI E LA VITA ATTRAVERSO LA RESPIRAZIONE YOGA	RAVICANDRA – LAKSMI ASYA OM
19:00	SHIATSU	MARCO ORSENIGO
19:30		
20:00	TANGO BENESSERE	PAOLA COLCIAGO
20:30		
21:00	MASSAGGIO AYURVEDICO	CARLO ALBERTO BASSI – STUDIO HCA
21:30	YOGA FACCIALE: IL LIFTING NATURALE PER IL VISO	PETRA MIKLUS
22:00	OM MEDITATION E 108 MEDITATION	EDDA BARTOLOMEI E RICCARDO FLORIS
22:30		