

GIORNATA BENESSERE 6 AGOSTO A RASSA VALSESIA

Tatiana fais
Facilitatrice di
processi evolutivi



ore 12:30 - 17:00

PIC-NIC IN
COMPAGNIA E
POMERIGGIO TRA
AUTOMASSAGGIO
DEL PIEDE E
MERENDA
INSIEME



ore 10:30

CAMMINATA
METABOLICA CON
TATIANA FAIS
TRAINER
CERTIFICATA

per prenotazioni
3478930501 Tatiana



GIORNATA DEL BENESSERE

Heart chakra meditation

Il corpo nel movimento ritmico verso
i quattro punti cardinali.

Una danza sacra in sincronia con se
stessi, gli altri, il mondo.

La consapevolezza di un luogo dentro
se stessi dove potersi riposare.

6 agosto 2025

**Rassa - Saletta segheria
dalle 20 alle 21**



Vestirsi a strati
Prenotazione obbligatoria
Info 3472690845 Katia
Offerta libera e consapevole



GIORNATA DEL BENESSERE

6 agosto 2025

Rassa - Capannone Pro Loco
dalle 15:30 alle 16:30

Laboratorio per bambini

Quando il bambino dipinge lo fa con grande presenza e totalità.

Questo processo gli permette di immergersi nel flusso creativo e nel mondo dei colori, che porta salute e soddisfazione.

Il focus non è posto sul risultato estetico, ma sulla possibilità di poter creare, partendo dal proprio impulso personale e unico.

I dipinti che verranno creati in questa sessione pittorica potranno essere poi utilizzati, in un secondo momento, per la pittura dell'albero.

Prenotazione obbligatoria - Info 3472690845 Katia
Offerta libera e consapevole

