

La giornata del Ben Essere

Domenica 3 settembre 2023

Giardini G. Dossetti - Campomorone

8^a edizione

PROGRAMMA

Al Cabannun

*(dalle ore 10
per tutta la
giornata)*

**Discipline
olistiche,
osteopatia,
riflessologia,
logopedia,
shiatsu,
tai chi,
neuropsico -
motricità,
utilizzo oli
essenziali,
kinesiologia,
audiometria,
cristalloterapia**

Nel Parco

Ore 10,15 Lezione di Hatha Yoga con Daniela
Ore 11,00 Cooking show – “Focaccia con fiori
e piante del giardino” a cura di Carolina (su
prenotazione)

Ore 15,00 Lezione di Bioginnastica®
a cura di ASD My Fitness Dance School

Ore 15,15 Dimostrazione tecnica potatura
bonsai a cura di Zena Bonsai Club

Dalle ore 15,30 alle 17,30 “Crea la tua tisana”
Laboratori per grandi e piccoli a cura di ADM

Ore 15,30 Cooking show – “Biscotti fioriti”
a cura di Carolina (su prenotazione)

Ore 16,00 Lezione di Yoga della Risata (per
bambini) con Deborah

Ore 16,00 Lezione di Hatha Yoga con Daniela

Ore 16,30 Esibizione di Judo Karate a cura di
Budo Semmon Gakko nell’ Anfiteatro

Ore 17,15 Esibizione di danza del ventre
a cura di A-Metista

Ore 17,30 Lezione di Tai Chi a cura dell’
Associazione Discipline orientali P. Cangelosi

Ore 18,00 Esibizione di Karate

a cura di ASD CSKL 2.0 nell’Anfiteatro

Ore 18,15 Aperitivo in Musica con Beppe
Mistretta presso il bar dei giardini

dalle ore 15,30 alle ore 17,30 Biblioteca “D’estate nel Parco” aperta

*Temporary shop a cura degli operatori economici
Stands informativi a cura di AMIU e
dell’Associazione “tRiciclo-Bimbi a Basso Impatto”*

In caso di pioggia la manifestazione sarà annullata

Buone pratiche
per prendersi
cura di sé
nel corpo e nello
spirito



COMUNE DI
CAMPOMORONE