InarteSalus

Qi Gong e le Arti del prendersi Cura

24 . 25 . 26 Agosto 2018
Casa Sant'Antonio, via Val Giardini 151 Asiago

24 agosto

15:00 Benvenuto

15:30 16:30 **"Siamo Qui!"** Laboratorio (E.Collareda)

16:30 19:00 **Introduzione teorica ed esperienza pratica di Qi Gong** (C.Ruffato)

19:30 20.30 Cena

21:00 22:30 **"C'è fermento in cucina!"** - Pasta madre e cibi fermentati: alimenti naturali e sistema immunitario (B.Sartori)

25 agosto

7:30 8:00 **Risveglio**
Pratica all'aperto di Qi Gong (C.Ruffato)
-facoltativa-

8:00 9:00 Colazione

9:00 10:00 **Introduzione alla Medicina Tradizionale Cinese** (C.Ruffato)

10.00 12.30: **Esperienza pratica di Qi Gong** (C.Ruffato)

12.30 14:00 Pranzo

15:00 18:00 **"Corpo Mente e Movimento"** Laboratorio esperienziale (S.Navone)

19:30 20:30 Cena

21:00 **Serata Musicale**
con Silvia Gavasso (voce)
Alberto Balducci (chitarra)

26 agosto

7:30 8:00 **Risveglio**
Pratica all'aperto di Qi Gong (C.Ruffato)
-facoltativa-

8:00 9:00 Colazione

9:00 11.00 **Esperienza pratica di Qi Gong** (C.Ruffato)

11:00 12:00 **"Ci Salutiamo.."** Laboratorio (E.Collareda)

12.00 13.00 Conclusioni

13.00 Pranzo

Iscriviti su **inartesalus.it** • Scrivi a **info@inartesalus.it**

Abbigliamento
Si consiglia un abbigliamento comodo (es. tuta, abbigliamento sportivo) per pratica di Qi Gong e anche piumino senza maniche o altro similare per attività mattutina.

Costi:
Seminario
(comprensivo di tutte le attività)
quota iscrizione individuale **€100**
quota studenti e soci Inartesalus **€70**
Pernottamento
Albergo con pensione completa **€94**
Si prega di prenotare direttamente presso:
SVAGA - 0444.378476 (dal lun al ven h 8.30-16.30) info@svaga.it
Pranzo o Cena per chi non alloggia in albergo **€12**

Seminario condotto da:
Cristina Ruffato: Medico chirurgo specializzato in Agopuntura e Medicina Tradizionale Cinese, esperta in Medicina Integrata, istruttrice di Qi Gong salutistico
con la partecipazione di:
Emanuela Collareda: psicologa, psicoterapeuta, psicodrammatista e formatore
Brunella Sartori: farmacista territoriale, esperta in Omeopatia, Fitoterapia e Alimentazione naturale.
Stefano Navone: musicoterapista, formatore e supervisore AIM

InarteSalus
L'ARTE DEL PRENDERSI CURA
Via Pasini, 67/C – 36015 Schio (VI)
0445.225471