

SABATO 25 SETTEMBRE

Dalle 10.00 alle 11.00
PARCO LATO EST
Freeclass di Hatha Yoga con Fabio Bonassi

Dalle 11.15 alle 12.45
PARCO LATO EST
Lo Yoga degli Dei
Freeclass di Hatha Yoga con Alice Merlini e Francesco Losapio

Dalle 14.00 alle 15.00
PARCO LATO EST
Freeclass di Yoga con Angela Gamba

Dalle 15.15 alle 16.15
PARCO LATO EST
L'instabilità che ci radica
Freeclass di Yoga con Ilaria Cunsolo

Dalle 16.30 alle 17.30
PARCO LATO EST
Nel mio centro
Viaggio sciamanico con Sabrina Marini

Dalle 17.45 alle 18.45
PARCO LATO EST
Meditazione in movimento
Freeclass di Hatha Yoga con Elena Guerini

DOMENICA 26 SETTEMBRE

Dalle 10.00 alle 11.00
PARCO LATO EST
Freeclass di Hatha Yoga con Fabio Bonassi

Dalle 11.15 alle 12.45
PARCO LATO EST
Lo yoga degli Dei
Freeclass di Hatha Yoga con Alice Merlini e Francesco Losapio

Dalle 14.00 alle 16.00
PARCO LATO EST
Freeclass di Ashtanga Yoga con Barbara Travanini

Dalle 16.30 alle 17.30
PARCO LATO EST
Yoga per tutti
Freeclass di Hatha Yoga con Giovanni Vitali

Dalle 16.30 alle 17.30
PARCO LATO EST
Freeclass di Biodanza con Elisabetta Bianchi e Giovanna Rossini

Dalle 17.45 alle 18.45
PARCO LATO EST
Yoga X runners
Freeclass di Yoga con Tite Togni

LETTURE

SABATO 25 ore 11.00 e DOMENICA 26 ore 16.00

PRATO CENTRALE
3650 GIORNI DISTANTI SENZA LIBERTÀ: SOGNI E DOLORI DI UNA TERRA
Letture e suggestione nel decennale della rivoluzione siriana con gli studenti dell'Istituto Einaudi di Chiari a cura di WE ARE



SABATO 25 SETTEMBRE

Dalle 18.30 alle 19.30
SCALINATA DI VILLA MAZZOTTI
Concerto di SANDRO JOYEUX



DOMENICA 26 SETTEMBRE

PRATO CENTRALE
MUSIKolorKIDS
Laboratorio artistico per bambini dai 6 ai 10 anni
con Maria Chiara Belotti
Dalle 10.00 alle 11.00
Dalle 11.30 alle 12.30
Dalle 14.00 alle 15.00
Dalle 15.30 alle 16.30
Dalle 17.00 alle 18.00
Iscrizione obbligatoria



DOMENICA 26 SETTEMBRE

Dalle 10.30 alle 11.30
PRATO LATO OVEST
Energia per la mente!
Il gioco degli scacchi per bambini con Matteo di Felice

Dalle 17.00 alle 18.00
PRATO CENTRALE
Shiatsu per mamme e bambini con Milena Putelli

SABATO 25 SETTEMBRE

Dalle 11.00 alle 12.00
Dalle 15.00 alle 16.00
PRATO CENTRALE
Shaolin
Kung Fu per bambini con la Scuola QianFoShan



DOMENICA 26 SETTEMBRE

Dalle 18.30 alle 20.00
SCALINATA DI VILLA MAZZOTTI
TERRA MIA reading teatrale e musicale con Matilde Facheris e Alberto Salvi
chitarra Luigi Suardi Contrabbasso Stefano Armati



DOMENICA 26 SETTEMBRE

Dalle 11.30 alle 12.30
PRATO LATO OVEST
Energia per la mente!
Le regole del gioco degli scacchi con Matteo di Felice

Dalle 16.00 alle 19.00
PRATO LATO OVEST
Energia per la mente!
Partite libere - gioco degli scacchi con Matteo di Felice



PROGRAMMA 3° TAIJI e KARATE Festival a Chiarissima - PRATO CENTRALE

SABATO 25 SETTEMBRE

10.00 Esercizi taoisti della salute
11.00 Qi gong della Tigre - Ventaglio 16 posizioni
12.00 Sciabola yang 13 posizioni - Forma mano 16 pos.
13.00 Dimostrazioni di Taijiquan, Spada e Ventaglio dei maestri e allievi delle scuole presenti
15.00 Forma mano 24 posizioni - Forma spada 16 posizioni
16.00 Forma mano 8 posizioni - Ventaglio 48 posizioni
17.00 Forma yang 85 posizioni
18.00 Dimostrazioni di Taijiquan, Spada e Ventaglio dei maestri e allievi delle scuole presenti



DOMENICA 26 SETTEMBRE

10.00 Qi Gong per tutti - esercizi dei 5 organi e camminata meditativa dell'acqua - Karate
11.00 Taiji base - forma di mano 16 posizioni - Taiji spada forma 32 posizioni - Karate
12.00 Taiji (per tutti) forma 8 posizioni - Taiji ventaglio 16 posizioni
13.00 Dimostrazioni Qi Gong / Taijiquan / Karate
15.00 Taiji sciabole forma 13 posizioni yang - Taiji base forma mano 8 posizioni - Karate
16.00 Taiji forma yang 85 posizioni - Karate
17.30 Dimostrazioni Qi Gong / Taijiquan / Karate

