



BHAKTI FESTIVAL 22-23 giugno 2019

L'Ayurveda International Academy con i suoi Operatori ti aspetta e ti propone...

- una pausa rilassante - ma anche rigenerante - grazie ai Massaggi Ayurvedici eseguiti in fedeltà all'antica tradizione*
- una interessante occasione per iniziare a scoprire la tua costituzione psicofisica con la Consulenza Ayurvedica Naturopatica durante la quale riceverai consigli riguardanti l'alimentazione, lo stile di vita, le erbe e i rimedi naturali per riequilibrare il corpo e la mente*
- la scoperta di un piacevole ed innovativo "incontro" per alleggerire il cuore e la mente, un momento speciale, per visualizzare le tue qualità positive e riscoprire latenti talenti... attraverso il Colloquio di Counselling Ayurpsico®*

*Vieni a trovarci allo **Stand Ayurveda**, segui le nostre **Conferenze e Workshop** ti aspettiamo!*

PROGRAMMA CONFERENZE E WORKSHOP DELL'AIA

sabato 22 giugno

Ore 14.15 Sala Conferenze

"Conosci te stesso con l'Ayurveda "

Un modo curioso e divertente per individuare la propria costituzione ayurvedica.

Laboratorio interattivo di Ayurveda

Laeji Letizia Vercellotti

ore 14,15 Sala Padma

Ayurbodies, movimento creativo su Vayu.

Ayurbodies è un workshop di movimento libero per conoscere ed esplorare l'energia dei cinque elementi, uno dei principi fondamentali dell'Ayurveda. Il workshop su Vayu è interamente dedicato all'aria. Un viaggio musicale e danzato per esperire la leggerezza, il movimento e la giocosità di questo elemento. Il workshop è aperto a tutti e non richiede una preparazione specifica, ma la voglia di lasciarsi andare al suono e far esprimere il proprio corpo in libertà

Ayana Fabris

ore 18,15 Sala Conferenze

Ayurpsico®: "Chi sono io in questo corpo con questa mente ?"

Un breve ma intenso tempo dedicato alla scoperta di noi stessi sui diversi piani di esistenza. Incontro interattivo di Ayurpsico®

Laeji Letizia Vercellotti

domenica 23 giugno

ore 14,15 Sala Conferenze

AYUR-MATERNITA': Salute, Alimentazione, Benessere. L'Ayurveda passo per passo nel percorso da prima del concepimento fino allo svezzamento.

Per genitori consapevoli e bambini felici: formiamo un Cerchio di condivisione e crescita per mamme di oggi e del domani! Spazio pensato per accogliere dubbi, perplessità su come prepararsi al concepimento, come affrontare in armonia la gravidanza e su come accompagnare il bambino attraverso le sue tappe evolutive dai primi giorni fino allo svezzamento! Potremo esplorare concetti di Alimentazione Naturale per grandi e piccini con curiose ricette! Quali trattamenti della tradizione Ayurveda sono indicati per tutte le fasi della maternità e crescita del bambino.

Giada Talin

ore 16,15 Sala Padma

Ayurveda & Yoga: l'uso di alcuni Mudra - gesti delle mani- nella pratica degli Asana per riequilibrare il Dosha Vata

Milena Cattaneo