

Sabato 21 Settembre ore 9,30

L'Associazione Onda Vitale ASD

Organizza una giornata per celebrare L'Equinozio d'autunno

Presso "Il nido dell'airone" a Cologno al Serio

Nell'**Equinozio d'Autunno** la notte è uguale al giorno. In questo giorno speciale, le due forze cosmiche di Sole e Luna, Luce e Tenebre, sono in equilibrio perfetto. È l'inizio di una nuova trasformazione: il buio prende spazio sul giorno.

L'equinozio d'Autunno è il tempo del SEME e del raccolto. È il tempo in cui i semi si raccolgono e si conservano con cura, nell'attesa nuovamente della Primavera; è il tempo della vendemmia, dono di Madre Terra.

La celebrazione dell'Equinozio d'autunno ha perciò un carattere meditativo, di bilancio e di presa di coscienza che ci proietta verso il ringraziamento, la speranza e l'attesa per un nuovo ciclo propizio.

SUL RETRO IL PROGRAMMA COMPLETO DELLA GIORNATA CON LE FOTO DEL BELLISSIMO POSTO CHE CI OSPITERA'.

PRANZO AL SACCO, durante la giornata ci sarà la possibilità di bere acqua alcalina ionizzata.

COSA PORTARE: portare abiti comodi possibilmente di cotone, un materassino per chi vuole fare dello Yoga (facoltativo, si faranno semplici esercizi alla portata di tutti).

Contributo per la giornata € 40,00, obbligatoria la tessera di Onda Vitale ASD valida per il 2019 (costo € 15,00), che si può fare sul posto.

Le prenotazioni sono obbligatorie e vengono prese fino a 7 giorni prima dell'Evento, poi saranno accettate a discrezione dell'organizzazione.

Vi aspettiamo per una giornata unica all'insegna del rilassamento e della connessione con noi stessi immersi in uno stupendo scenario naturale.

Per ulteriori informazioni visita il nostro sito e la nostra pagina Facebook.

Per info e prenotazioni 351.5828819

www.ondavitale.it



info@ondavitale.it

Conoscere per essere liberi di scegliere



21 SETTEMBRE CELEBRAZIONE DELL'EQUINOZIO D'AUTUNNO

- Ore 9,30 Iscrizioni e presentazione della giornata.
Ore 10,00 Apertura - esibizione di danza del ventre con Linda Giuliani.
Ore 10,30 Bagni di gong con Ilaria Magni.
Ore 11,30 Semplici esercizi di yoga alla portata di tutti (facoltativo)
Ore 12,30 Pausa con pranzo al sacco.
Ore 13,30 Breve passeggiata nel parco.
Ore 14,15 Thomas Vitulano ci presenterà la sua scuola "S.E.I."
Ore 15,00 Marzia Bertulezzi – Il corpo del sogno di Nanà: Madre Terra
Meditazione.
Ore 16,30 Nadine – Cerchio Sciamanico con tamburi.

Durante la giornata per chi lo desidera lettura dei Tarocchi e Carte Angeliche con Maddalena e Roberto.

Ore 18,00 Chiusura della giornata con i saluti e presentazione delle prossime iniziative autunnali.