



AZIENDA AGRICOLA BIOLOGICA BIODINAMICA

BORGARUCCIO

Incontri, condivisione, esperienze

“ALLA RICERCA DELLA STAGIONE PERDUTA”

Ascoltare il cambiamento

Sabato 14 Marzo 2015

09:30 ACCOGLIENZA DEI PARTECIPANTI (Registrazione e assegnazione delle camere)

10:00 PRESENTAZIONE DELLE ATTIVITÀ (Introduzione alla giornata)

10:30-12:30 DAO YIN (Ginnastica energetica)

13:00 PRANZO

15:00-16:00 DAO YIN (Ginnastica energetica)

16:00 COFFEE BREAK

16:30-19:00 ALIMENTAZIONE, UNA VISIONE D'INSIEME

20:00 CENA

21:00 RIFLESSIONI *Il valore di compiere scelte alimentari consapevoli e lo sviluppo delle abilità motorie con il Dao Yin*

Domenica 15 Marzo 2015

07:30 DAO YIN (Ginnastica energetica) *Facoltativo*

08:30 COLAZIONE

09:30-10:30 DAO YIN (Ginnastica energetica)

10:30 COFFEE BREAK

11:00-12:30 ALIMENTAZIONE BIOSINERGICA *Oltre la nutrizione*

13:00 PRANZO

14:00-16:00 PASSEGGIATA GUIDATA NELLA TENUTA DEL PODERE BORGARUCCIO

17:00 CONCLUSIONE DEL SOGGIORNO E SALUTI

Azienda Agricola Podere Borgaruccio di Claudia Vestri

Via del Molino, 122 - 56037 Peccioli (PI)

Tel. 0587 636037 Cell. 334 5272724 Fax 0587 636037 E-Mail info@podereborgaruccio.it

www.podereborgaruccio.it