

Programma delle attività a Valdibruca 2012

(vedi anche www.valdibruca.it)

<p>Settimane di depurazione con Pierre (possono essere eseguite contemporaneamente ad altre attività). dal 14 al 21 luglio dal 4 agosto al 11 agosto dal 19 al 25 agosto dal 25 agosto al 1 settembre Programma: pratiche di pulizia degli organi (fegato, intestino, parassiti), lezioni teoriche, sana alimentazione, passeggiate, training autogeno, ChiQong, meditazioni, passeggiate. Altre giornate di depurazione sono possibili ssempre e su richiesta.</p>		
<p>Dal 24 dicembre 2011 al 9 gennaio 2012</p>	<p>Festa dell'Anno Nuovo Programma: meditazioni, giornata alle terme, lezioni di cucina, canti, giochi, musica, passeggiate, condivisioni, costellazioni familiari, massaggi...</p>	<p><i>Chi vuole, viene per il periodo che vuole. Improvviseremo in base al clima, al numero di presenti, alle attitudini di ognuno, con lo scopo di rilassarci e divertirci. Ogni giorno è prevista una attività.</i> <i>Chi vuole puo' seguire un programma di depurazione.</i></p>
<p>14-15 aprile</p>	<p>Torneo ping-pong</p>	<p><i>con premi e degustazioni</i></p>
<p>16-23 aprile</p>	<p>Campo di meditazione con Dhyhan Saadik</p>	<p><i>Meditazioni di OSHO, ogni giorno Dinamica, Kundalini e una diversa (Nataraj, Gourishankar, 4 directions, ecc).</i></p>
<p>23-24 aprile</p>	<p>Massaggio olistico e connettivale con Pierre e Imma</p>	<p><i>Impareremo e praticheremo varie forme di massaggio, per decontrattare e rilassare</i></p>
<p>28-29 aprile</p>	<p>Seminario di benessere alimentare e di pulizia degli organi con Pierre</p>	<p><i>Possiamo stare bene e meglio. E' facile e soddisfacente. Perché no?</i></p>
<p>28 aprile - 1 maggio</p>	<p>Benessere e depurazione</p>	<p><i>Pasti e dieta depurativa personalizzata, un massaggio individuale, pulizia del fegato, pulizia dell'intestino (per chi vuole), passeggiate e incontri collettivi sul concetto di "star bene".</i></p>
<p>12-13 maggio</p>	<p>Nuova Medicina del Dr Hamer con Pierre Pellizzari</p>	<p><i>Sabato: 14:30 - 20:00 Corso divulgativo-Domenica:9:30 a 18:00 approfondimento</i></p>
<p>19-20 maggio</p>	<p>Corso di cucina. Con utilizzo di piante e fiori della zona con Imma</p>	<p><i>Cucina vegetariana, possibilmente integrale e biologica. Tanti modi di prepararli e cucinarli, con fantasia e rispettando i Consigli di Benessere Alimentare.</i></p>
<p>2 giugno</p>	<p>Rebirthing</p>	<p><i>Utilizzando il respiro, esploreremo dei nostri aspetti inespressi. E' un lavoro di gruppo che potrà essere arricchito individualmente</i></p>
<p>3 giugno</p>	<p>Costellazioni familiari</p>	<p><i>seguendo il metodo di B.Hellinger, in un lavoro di gruppo piacevole, utile ed introspettivo</i></p>
<p>16-17 giugno</p>	<p>Seminario di Consigli di benessere alimentare e Pulizia degli organi con Pierre Pellizzari.</p>	<p><i>Teoria e per chi vuole; anche pratica.</i></p>
<p>31 giugno-1 luglio</p>	<p>Salute a 360 gradi</p>	<p><i>Una o due giornate esperienziali di gruppo per migliorare la salute fisica e psichica, per</i></p>

		<i>imparare ad amarsi.</i>
7-8 luglio	Coltivare un orto con la Permacultura.	<i>Lezioni teoriche e pratiche che rappresentano un evento straordinario.</i>
21-22 luglio	Camminata Valdibruca-Sansepolcro	<i>Due camminate: sabato percorso facile e corto per conoscersi. Domenica circa 35 km seguendo i sentieri regionali e nazionali. Ritorno in macchina.</i>
11-19 agosto	Uno stimolo al giorno	<i>Alcune giornate tra amici, camminata, giornata alle Terme, fangoterapia al torrente, meditazioni di gruppo, cucina, ecc</i> <i>Contemporaneamente, depurazione degli organi per chi vuole....</i>
15 e 16 agosto	Giornate di Yoga e Stretching yoga	<i>Senza forzare e divertendoci, praticheremo parecchi esercizi interessanti</i>
8-9 settembre	Corso di Riflessologia con Pierre	<i>Quanto basta per fare trattamenti non professionali ai nostri piedi o a quelli di amici e parenti</i>
Dal 17 dicembre 2012 al ??? 9 gennaio 2013 ???	Festa della FINE DELLA NOSTRA ERA. (parola dei Maya..) Ci prepareremo e festeggeremo una ipotetica fine dell'umanità...	<i>Staremo a vedere, "in sicurezza", cosa succede. Chi vuole, viene per il periodo che vuole. Improvviseremo in base al clima, al numero di presenti, alle attitudini di ognuno, con lo scopo di rilassarci e divertirci. Ogni giorno è prevista una attività. Prenotazione obbligatoria con notevole anticipo</i>

Dal 23 settembre a circa il 15 aprile di ogni anno, siamo chiusi ma disponibili ad aprire per attività e soggiorni a richiesta: contattateci, diteci i vostri desideri e troveremo insieme il modo di soddisfarli.

Dal Natale all'Epifania di ogni anno, siamo presenti : Chi vuole viene per il periodo che vuole. Pratiche di pulizia degli organi (per chi vuole), lezioni teoriche, sana alimentazione, passeggiate, training autogeno, ChiQong, meditazioni, passeggiate e anche giochi, canti, danze, oltre ai festeggiamenti di Natale e fine Anno.

Durante tutto l'anno, possiamo cedere a gruppi esterni, in autogestione parziale o totale, parte delle nostre strutture.

Per info: valdibruca@virgilio.it – www.valdibruca.it