

#RESTATE 2023
ARIA DI EVENTI IN CITTÀ



INSIEME PER RIVALTA A.P.S. / A.S.D.



DOMENICA 08 OTTOBRE 2023

ASSAGGI E PAESAGGI

PARCO LE GINESTRE - Via Conforti (Rivalta) - A PARTIRE DALLE ORE 10:00

A cura di Insieme per Rivalta APS e ASD / in collaborazione con Campagna Amica

Dalle ore 10:00 alle 12:00 - Camminata e stretching con Claudia Salsi, istruttore di fitness tonificazione.
Senza prenotazione ma puntualità

Ore 10:40 - Yoga dolce nel parco – adatto a tutti – esercizi per tonificare i muscoli, le articolazioni e migliorare la flessibilità con Roberta Mainini.

Ore 11:40 - Yoga Nidra – adatto a tutti – si svolge sdraiati con l'operatore che ti aiuta a raggiungere lo stato delta di guarigione profonda - Prenotazioni al nr. 348/2480188

Dalle 10:00 alle 18:30 - Mercato Contadino, con le aziende del territorio della Rete Campagna Amica.

Dalle 10:00 - "Accampamento medievale boscaiolo" con antichi mestieri dimostrativi (filatura, cardatura, pellaio, taglialegna, mugnaio...) a cura della contrada Borgoletto di Quattro Castella

Dalle ore 12:00 - Pranzo con gramigna alla salsiccia o lasagne e gnocco con salumi.
Prenotazione obbligatoria entro giovedì 5 ottobre a info@insiemeperrivalta.it o al 339/1387435.

Dalle ore 16:00 - Laboratori musicali per bambini con "Il giardino dei linguaggi" e letture sul prato con Ivana.

Dalle 16:30 - Festa con gnocco fritto, salumi, erbazzone, pizzette, chizze, etc.
anche da asporto – non occorre prenotazione

Ore 16:15 - PASSEGGIATE TRA STORIA, NATURA e BENESSERE "Sulle tracce del conte Corbelli" Percorso ad anello di circa 4 Km, da casetta Peep, con Guida storica. Assaggio di Yoga con Roberta Rientro ore 18 per l'aperitivo. Offerta minima 8 € – bambini fino a 10 anni gratuito.
Prenotazione obbligatoria al 348/2480188 Roberta

Dettagli su WWW.INSIEMEPERRIVALTA.IT

Per informazioni: info@insiemeperrivalta.it - 334/9087672

