



vacanza studio a

MARINA DI MASSA

PROGRAMMA CULTURALE

dal 2 all'8 giugno

2 giugno

- 11:30.....inizio check-in
- 21:00-22:30.....conferenza su "Introduzione alla Filosofia Macrobiotica"

3 giugno

- 21:00-22:30.....conferenza su "Agricoltura Organica, la proposta di Versilia Organica"

4 giugno

- 17:00-19:30.....visita a Sarzana
- 21:00-22:30.....conferenza su "Mobilità Sostenibile"

5 giugno

- 21:00-22:30.....conferenza su "Benefici della Riflessologia Plantare e Auricolare"

6 giugno

- 21:00-22:30.....conferenza su "Antiche Teorie Cinesi Yin e Yang"

7 giugno

- 10:00-17:00.....gita in bici a Bocca di Magra
- 21:00-22:30.....conferenza su "Antiche Teorie Cinesi e Cinque Trasformazioni"

8 giugno

- 16:00-21:00.....gita in bici all'azienda agricola "Versilia Organica"

-
- **tutti i pomeriggi** -eccetto il sabato-
corsi di cucina macrobiotica

- **ogni mattina dalle 7:30 alle 8:30**
lezioni di automassaggio e yoga

- Trattamenti di **riflessologia plantare e auricolare** su prenotazione.
Orari e prezzi da concordare con la riflessologa Cristina Magi.



vacanza studio a

MARINA DI MASSA

PROGRAMMA CULTURALE

dal 9 al 15 giugno

9 giugno

- 9:30-14:30.....gita in bici a Pietrasanta
- 21:00-22:30.....conferenza su "La vita di George Ohsawa"

10 giugno

- 10:00-17:00.....gita in bici a Viareggio
- 21:00-22:30.....conferenza su "Benefici della Riflessologia Plantare e Auricolare"

11 giugno

- 10:00-13:00.....visita a S. Anna di Stazzema
- 21:00-22:30.....conferenza su "Antiche teorie Yin e Yang e Cinque Trasformazioni"

12 giugno

- 21:00-22:30.....conferenza su "Agricoltura Organica: la proposta di Versilia Organica"

13 giugno

- 21:00-22:30.....conferenza su "la Macrobiotica nella vita quotidiana"

14 giugno

- 14:30-16:30.....laboratorio di panificazione
- 18:00-19:30.....conferenza su progetti futuri dell'associazione "Stile Macrobiotico"
- 21:00-22:30.....festa di chiusura iniziativa

15 giugno

- partenze

-
- **tutti i pomeriggi** -eccetto il sabato-
corsi di cucina macrobiotica

- **ogni mattina dalle 7:30 alle 8:30**
lezioni di automassaggio e yoga

- Trattamenti di **riflessologia plantare e auricolare** su prenotazione.
Orari e prezzi da concordare con la riflessologa Cristina Magi.