



**Il Giardino  
Olistico®**  
Festival del benessere



**28 - 29 GIUGNO**



**CASTELLO ORSINI  
AVEZZANO**

**PROGRAMMA 2025**

[www.ilgiardinoolistico.com](http://www.ilgiardinoolistico.com)



# SABATO 28 GIUGNO

**9:00 - 10:00**  
**COLAZIONE DI BENVENUTO**

**10:00 - 10:45**  
**VISUALIZZAZIONI TERAPEUTICHE**

Interconnessione tra mente e corpo - Pratico  
Con Gala Kaimakova  
Max 15 persone su prenotazione

**11:00 - 12:00**  
**LA BELLEZZA  
DELL' IMPERMANENZA**

Pratica meditativa  
Con Roberta Tommasi e Giulia Leonelli

**12:15 - 13:15**  
**EMOTIONAL FLOW**

Trasforma le emozioni in energia vitale:  
Movimento consapevole, respiro e  
meditazione attiva  
Con Pamela e Giulio di Vibrant Kundalini

**16:15 - 17:15**  
**TAI CHI**

Fondamenti e benefici del Tai Chi Chuan,  
antica arte marziale  
Collettivo e in parte coreografico - Pratico  
Con Isabella Nardis

**9:00 - 9:50**  
**HATHA YOGA PER PRINCIPIANTI**

Con Rebecca De Cri

**10:00 - 10:45**  
**AROMATERAPIA**

Basi scientifiche e utilizzo terapeutico  
degli oli essenziali - Teorico  
Con Livia Lorik

**11:00 - 12:00**  
**YOGA E MINDFULNESS PER  
BAMBINI**

Equilibrio, concentrazione e  
benessere  
Con Marcella Cicanecchia

**12:00 - 13:00**  
**"SCALZI ALLA SCOPERTA DELLA  
NATURA"**

Percorso sensoriale dedicato ai bambini  
Con Pasquale Felli

**14:00 - 14:50**  
**LABORATORIO DI CONTACT  
IMPROVVISATION**

Pratiche relazionali per interagire con-tatto  
Con Beatrice Gatti  
In collaborazione con Ass. Teatri Dei Marsi

**15:00 - 16:00**  
**YOGA E AYURVEDA**

Con Marcella Cicanecchia e  
Maria Luisa Paris

**16:00 - 17:30**  
**"SCALZI ALLA SCOPERTA DELLA  
NATURA"**

Percorso sensoriale dedicato ai bambini  
Con Pasquale Felli

**17:30 - 18:30**  
**YOGA DELLA RISATA**

Potere terapeutico e trasformativo  
della risata - Pratico  
Con Giancarlo Pacitto

**18:40 - 19:40**  
**ECSTATIC DANCE**

Muovi la tua energia con i 4 elementi:  
Movimento consapevole, danza estatica e shaking  
Con Pamela e Giulio di Vibrant Kundalini



# DOMENICA 29 GIUGNO

## 8:00 - 10:00 PASSEGGIATA DEI 5 ELEMENTI CON METODOLOGIA NATURE THERAPY

Condotta dal Dott. Pasquale Felli  
in collaborazione con Ass. Ethnobrai  
Riserva Naturale Regionale Monte Salviano  
Breve escursione guidata  
Max 15 persone su prenotazione

## 15:00 - 16:00 "SCALZI ALLA SCOPERTA DELLA NATURA"

Percorso sensoriale dedicato ai bambini  
Con Pasquale Felli

## 16:00 - 18:00 UNA VITA IN UN ALBO

Laboratorio di lettura e movimento  
dedicato ai bambini  
Con Elisabetta Tosoni e Brenda D Toro  
In collaborazione con Ass. Teatri Dei Marsi

## 9:00 - 10:00 COLAZIONE DI BENVENUTO

## 9:00 - 9:50 ANAHATA CHAKRA

Pratico  
Con Daniele Perruzza

## 10:00 - 10:50 HATHA YOGA ACCOMPAGNATO DAL SUONO DEL MANTRA

Con Gabriella Bonanno

## 11:00 - 11:50 YOGA RESTAURATIVO

Over 50 e/o con difficoltà di movimento  
Con Brenda D Toro

## 12:00 - 13:30 L'OLISMO E LA PSICOLOGIA DEL PROFONDO

Fenomeni di connessione nella psiche  
e nella natura - Teorico/Pratico  
Con Dott. Pierluca Nicolò

## 14:00 - 15:00 BABY ROCKET

Prima serie semplificata  
Pratica dinamica per risvegliare corpo e mente  
Con Giorgia Fiorenza

## 15:15 - 16:15 DALL'OMBRA ALLA LUCE

Comprendere il trauma e ritrovare l'equilibrio  
Pratico  
Con Pamela e Giulio di Vibrant Kundalini

## 16:30 - 17:30 BIODIVERSITÀ DEL CIBO

Prevenzione delle malattie croniche.  
Con Dott. Franco Berrino  
Evento a pagamento  
Accesso fino a esaurimento posti

## 18:15 - 19:15 COSTELLAZIONI FAMILIARI

Pratico  
Con Daniela Sbarigia