

“SETTEGIORNIDIBENESSERE”

Programma delle attività 21-27 marzo 2011

Lunedì 21 marzo

Orario	Associazione	Attività
10-11.30	ACCADEMIA	Yoga
10-19	ACCADEMIA	Trattamenti Shiatsu*
13-14	CSRS	Yoga
14.30-15.30	CSRS	Shiatsu Ragazzi
15-16	MERIDIANA	Pilates
16-18	MERIDIANA	Trattamenti Shiatsu*
17-18	MERIDIANA	Tai Chi Chuan Bambini
17-18.30	ACCADEMIA	Yoga
18-19.15	AMETISTA	Yoga
18.30-19.45	MERIDIANA	Yoga Adulti
18.30-20	ACCADEMIA	Yoga
18.30-20	CSRS	Yoga
19.15-20.30	AMETISTA	Qi Gong
20-21.30	ACCADEMIA	Yoga
20-22	La Vita al Centro	Biodanza Sist. R.Toro (a)
20.15-22	MERIDIANA	Massaggio Ayurvedico(w)
20.30-22.30	BIODANZANDO	Biodanza
20.30-23	CSRS	Trattamenti Shiatsu*

Martedì 22 marzo

10-19	ACCADEMIA	Trattamenti Shiatsu*
13-14	CSRS	Stretching Zen
13-14.15	MERIDIANA	Tai Chi Chuan Adulti
14-17	MERIDIANA	Trattamenti Shiatsu*
15-16	MERIDIANA	Rio Abierto (a)
15.30-17.30	MERIDIANA	Trattamenti C.A.S.E.*
18-20.30	AMETISTA	Shiatsu - Scuola Ping An
18.30-20	CSRS	Tai Chi Chuan
20-22	La Vita al Centro	Biodanza Sist. R. Toro (a)
20.30-22.30	MERIDIANA	Workshop Shiatsu
20.30-23	ACCADEMIA	Imparare Shiatsu*
20.30-23.00	CSRS	Imparare Shiatsu*

Mercoledì 23 marzo

Orario	Associazione	Attività
9.30-10.45	AMETISTA	Qi Gong
10-19	ACCADEMIA	Trattamenti Shiatsu*
11-12	MERIDIANA	Pilates
13-14	CSRS	Yoga
13-14	MERIDIANA	Yoga Adulti
15-19	MERIDIANA	Tuinà*
15.30-18	LUDO-AGILITY®	Pedag. Cinofilo-sociale (b)
17-18	MERIDIANA	Yoga Bambini
17.30-19	ACCADEMIA	Yoga
18-19.15	MERIDIANA	Tai Chi Chuan Adulti
19.15-20.30	MERIDIANA	Classi di Bioenergetica
19.30-21	ACCADEMIA	Ricerca Personale (s)
20-21.15	AMETISTA	Tai Chi Chuan
20-22	La Vita al Centro	Biodanza Sist. R. Toro (a)
20.30-23	CSRS	Trattamenti Shiatsu*

Giovedì 24 marzo

11-13	MERIDIANA	Massaggio Ayurvedico*
13-14	CSRS	Yoga
13.14	MERIDIANA	Yoga Adulti
15-16	MERIDIANA	Rio Abierto (a)
15-18	MERIDIANA	Trattamenti Shiatsu*
15.30-17	LUDO-AGILITY®	Pedag. Cinofilo-sociale (b)
16-19	ACCADEMIA	Riflessologia Plantare *
16.30-18.30	La Vita al Centro	Biodanza Sist. R.Toro (a)
17-18.30	CSRS	Yoga
18-19.30	AMETISTA	Bioenergetica
18.30-19.45	MERIDIANA	Yoga Adulti
18.30-20	CSRS	Yoga
19-21	La Vita al Centro	Biodanza Sist. R. Toro (a)
20-22	La Vita al Centro	Biodanza Sist. R. Toro (a)
20.15-22.30	BIODANZANDO	Gruppo Counseling (a)
20.30-23	CSRS	Imparare Shiatsu*
21.30-23	ACCADEMIA	Trattamenti Shiatsu

Venerdì 25 marzo

Orario	Associazione	Attività
17-19	La Vita al Centro	Biodanza R. Toro (b)
10-19	ACCADEMIA	Trattamenti Shiatsu*
10.30-11.30	ACCADEMIA	Yoga
13-14	MERIDIANA	Chi Kung
18.30-19.45	AMETISTA	Tai Chi Chuan
18.30-20	ACCADEMIA	Yoga
20-22	MERIDIANA	Riflessol. Metodo Zu (w)
20.50-21.45	AMETISTA	Bioenergetica
21	ACCADEMIA	Confer.za: Alimentazione

Sabato 26 marzo

10-11.30	MERIDIANA	Conferenza sul Massaggio
10-12.30	AMETISTA	Seminario Qi Gong
11.30-13	MERIDIANA	Massaggio Ayurvedico*
11.45-12.45	MERIDIANA	Conferenza Rebirthing
12.30-13	AMETISTA	Tuinà (presentazione)
15-16.30	AMETISTA	Suoni Mantrici
15-17	MERIDIANA	Tratt.ti Riflessol. Met. Zu*
17-17.45	MERIDIANA	Conferenza Met. Monari
17-19.30	BIODANZANDO	Biodanza Sociale (w)
18-20	MERIDIANA	Metodo Monari (gruppo)

Domenica 27 marzo

colloqui individuali e/o visite alle sedi delle associazioni *

Legenda simboli

* su appuntamento / prenotazione

(a) contattare l'associazione o il sito CLDO per informazioni sul luogo di svolgimento.

(b) il corso si terrà a Savona (s) seminario (w) workshop

NB. Le prenotazioni vanno inoltrate direttamente alle associazioni che propongono le attività scelte.
(per numeri telefono o siti web relativi vedi retro).

Importante: per tutte le attività pratiche è opportuno un abbigliamento comodo.
Presentarsi 10 minuti prima dell'inizio lezioni.

BENESSERE è QUALITÀ' "SETTEGIORNIDIBENESSERE"

Per informazioni specifiche sulle singole bio-discipline, su operatori, insegnanti, etc. visitare il

sito web: www.liguriolistica.it

Coordinamento Ligure Discipline Olistiche

*Tutte le attività sono gratuite,
la prenotazione è consigliata*



C.L.D.O. - Coordinamento Ligure Discipline Olistiche

ACCADEMIA ITALIANA SHIATSU-DO

Sede di Genova: Vico Casana 9/4
Tel/Fax 010 2467236 - Cell. 320 8707587
www.accademiashiatsudogenova.it

AMETISTA

Salita San Matteo 19/16 - 16123 Genova
Tel. 010 2467200
www.centroametista.it

BIODANZANDO

Via San Vincenzo 48nero - Genova
Tel. 010 394134 - Cell. 339 5459651
www.biodanzando.it

CSRS - CENTRO STUDI E RICERCHE SHIATSU

Via XX Settembre 34/12 - 16121 Genova
Tel./Fax 010 582185 - Cell. 3358050307
www.csrsge.com

DOMUS OLISTICA

Via Dante 2/11-12 Genova c/o Palazzo della Borsa
Sede storica: Corso Garibaldi 59 - Chiavari
www.domusolistica.net

LA VITA AL CENTRO

Viale G. Des Geneys 34/6 - 16148 Genova
Tel. 334 6102568 - 334 6101690
www.biodanzagenova.it

MERIDIANA

Via Casaregis 38/3 - 16129 Genova
Tel. 010 8606920 - Cell. 347 5828209
www.associazionemeridiana.com

SCUOLA NAZIONALE LUDO-AGILITY®

Via Venezia 2 - 17015 Celle Ligure - Savona
Cell. 333 1132843
www.ludoagility.eu

SCUOLA SUPERIORE DI NATUROPATIA - Associazione EOS

Via Pisa 23/13 - 16146 Genova
Tel/Fax 010 366494
www.scuolasuperioreinaturopatia.it

SHIVAGO THAI MASSAGE SCHOOL

P.zza Del Popolo 3/1 - 17100 Savona
Tel. +393474562929 - +66869088629
www.shivagomassaggi.it

BENESSERE è QUALITÀ' "SETTEGIORNIDIBENESSERE"

21-27 marzo 2011

settimana promossa dal

Coordinamento Ligure Discipline Olistiche

Una settimana per vivere con intensità
le Discipline olistiche
per il benessere e la salute globale.
Una ricca offerta di attività di gruppo e
trattamenti individuali,
workshop, conferenze e presentazioni.
Presso le sedi delle associazioni C.L.D.O.
Le attività sono aperte a tutti e gratuite.

