



Il ponte di Ariccia collega la città dei Castelli Romani con la vicina Genzano di Roma

Per celebrare l'autunno, tra le maestose e affascinanti querce secolari del parco dello Sporting Club Montegentile ad Ariccia e i tanti prodotti della Madre Terra, freschissimi e di qualità del territorio, il Mercato Contadino Castelli Romani, sabato 18 ed domenica 19 ottobre ospiterà il Centro PHALADA, con corsi, lezioni, performance e laboratori gratuiti, aperti a tutti.

Le lezioni, i laboratori e le performance si svolgeranno accanto all'antica Via Sacra che ascende al Tempio di Iuppiter Latiaris, antistante lo spazio del Mercato Contadino, per dedicarvi piacevolmente alla cura di ANIMACORPOMENTE, concedendovi una piccola porzione di tempo durante la vostra spesa, per conoscere le attività gratuite offerte dal Centro Phalada, tra gli odori del bosco e dei banchi di frutta e verdura.



Laboratori di Danze Sacre e Meditative, lezione di Yoga Kundalini, lezione di GAKTA "l'arte marziale indiana dei Sikh", classe d'esercizi di Bioenergetica, lezione di Danza del Ventre, Concerto di Guarigione con "il Flauto Barocco, le Campane Tibetane e di Quarzo"

Le lezioni, i laboratori e le performance si articoleranno in questo modo:

SABATO 18 OTTOBRE

ORE 9.00-10.00 CLASSE esercizi di BIOENERGETICA con lo Psicoterapeuta Dott. GIANCARLO SMORTO

ORE 10.30-11.00 CONCERTO di GUARIGIONE e MEDITAZIONE con il suono del FLAUTO BAROCCO, le vibrazioni delle CAMPANE TIBETANE e di QUARZO condotto dalla Musicista e Maste Reiki SURYA PAOLA ANDREOLI e dall'operatore Olistico CHALANDRA FEDERICA TROTTA.

ORE 11.30-12.00 LABORATORIO di DANZE SACRE e MEDITATIVE con la Psicologa e Counselor Dott.ssa CINZIA CASELLA

DOMENICA 19 OTTOBRE

ORE 10.30-11.00 LEZIONE di DANZA del VENTRE con l'insegnante MARILISA CARNEVALI

ORE 11.00-12.00 LEZIONE di YOGA KUNDALINI con l'insegnante GURU JAY KAUR

