

Nell'ambito del progetto "INTEGRAZIONI CRE-ATTIVE"

Attività di movimento, creatività, comunità,
dedicate a ragazzi e ragazze dai 14 ai 19 anni.



YOGA, METODO FELDENKRAIS®, MEDITAZIONE E CAMMINATA. NEI PARCHI DEL QUARTIERE PORTO-SARAGOZZA.

Conduttrici: **Chiara Giacometti, Micaela Monti, Laura Ferrari**

Inizio dell'attività, Lunedì 30 Maggio 2022

ore 18.00/19.15

al Parco XI Settembre, via Riva di Reno 70

L'attività proseguirà fino alla fine di Luglio, per poi riprendere a Settembre (data in via di definizione).

Dopo il parco XI Settembre esploreremo insieme gli altri parchi del Quartiere Porto Saragozza.

Lunedì 27 Giugno 2022

dopo la pratica, **merenda condivisa** presso le Cucine Popolari, via Ludovico Berti 2/8.

Le attività proposte verranno integrate in un percorso armonico, in modo da esplorare la piacevolezza del lavoro corporeo, approfondire la familiarità con il respiro, gustare momenti di quiete e concentrazione, rivitalizzare corpo e mente camminando negli spazi verdi e rigeneranti del Quartiere.

PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA. LA PARTECIPAZIONE A TUTTE LE ATTIVITÀ È GRATUITA.

E' richiesta la quota associativa annuale all'associazione promotrice, al costo di euro 20, comprensiva della assicurazione infortuni obbligatoria per legge e a copertura di tutte le attività.

PER INFO E PRENOTAZIONI:

officinadelletrasformazioni@gmail.com

Cell. 340/2539472

Con il contributo di:



Comune di Bologna
Quartiere Porto-Saragozza



Il Tuo Quartiere
è Bologna

In collaborazione con:

Associazione CIVIBO OdV; Casa di Quartiere Saffi; Forme in Movimento ASD;

Associazione Culturale Sharazàd; ASD Olitango; Casa di Quartiere della Pace; Bolab aps;

O.P.E.S. Comitato Provinciale di Rimini.

TUTTE LE ATTIVITÀ SONO RISERVATE AI SOCI. OFFICINA DELLE TRASFORMAZIONI ASD-APS - VIA CASPARE NADI 20, 40139 BOLOGNA - C.F. 91370180373