

Prgramma Oliday Festival 2026 PDF



Clicca qui per la versione online

Sabato 11 Aprile

10:00 **thai yoga terapeutico**
Sessione prato
[viktorija varga vivartyoga](#)

[PRENOTA via WhatsApp](#)

Domenica 12 Aprile

10:00 **Hic et nunc-presenza corporea funzionale**
Sessione prato

[Michael Puccioni](#)

[PRENOTA via WhatsApp](#)

10:00 **Radicarsi per ritrovare equilibrio**
Sessione in Yurta

[Elisa Pasquini](#)

[PRENOTA via WhatsApp](#)

11:00 **Yoga nidra e hangdrum**



<p>11:00</p>	<p>Cerchio, Canti e Giochi adulti e bambini Portiamo dei Giochi e dei Canti del Bosco e della nostra quotidianità nel Bosco.</p> <p>Sessione al coperto</p> <p><u>Manamandi</u></p> <p>PRENOTA via WhatsApp</p>	<p>Sessione in Yurta</p> <p><u>Varuna – Yoga nidra e hangdrum</u></p> <p>PRENOTA via WhatsApp</p>
<p>11:00</p>	<p>Ginnastica dolce Giapponese</p> <p>Sessione prato</p> <p><u>Riccardo Alessi</u></p>	<p>11:00</p> <p>Yoga : Anukalana Inspired</p> <p>Sessione prato</p> <p><u>Samanta Zarcone</u></p> <p>PRENOTA via WhatsApp</p>
<p>11:00</p>	<p>Pranayama sblocca la tua energia , il focus e il Chakra della gola con Diapason</p> <p>Sessione in Yurta</p> <p><u>Valeyoga</u></p> <p>PRENOTA via WhatsApp</p>	<p>12:00</p> <p>Bagno sonoro con campane tibetane</p> <p>Sessione in Yurta</p> <p><u>Cinzia Tonelli</u></p> <p>PRENOTA via WhatsApp</p>
<p>12:00</p>	<p>Bagno sonoro con campane tibetane</p> <p>Sessione in Yurta</p> <p><u>Cinzia Tonelli</u></p> <p>PRENOTA via WhatsApp</p>	<p>12:00</p> <p>Yoga della longevità</p> <p>Sessione prato</p> <p><u>Franco Gasparri</u></p>
<p>12:00</p>	<p>"Feel the Breath" - Yoga di consapevolezza</p> <p>Sessione prato</p> <p><u>Virginia Maitè Orlacchio</u></p> <p>PRENOTA via WhatsApp</p>	<p>14:00</p> <p>" Tesoro interiore "</p> <p>Laboratorio profumo personalizzato</p> <p>Sessione in Yurta</p> <p><u>viktoria varga vivartyoga</u></p> <p>PRENOTA via WhatsApp</p>
<p>14:00</p>	<p>Yoga Flow e Sound Healing (offerta libera e consapevole 10€)</p> <p>Sessione al coperto</p> <p><u>Irene Guardalà</u></p> <p>PRENOTA via WhatsApp</p>	<p>14:00</p> <p>Esperienze di Qigong e Taichi Chuan</p> <p>Sessione prato</p> <p><u>Stefano Ciulli – Qigong – Taichi Chuan</u></p> <p>PRENOTA via WhatsApp</p>
		<p>14:00</p> <p>Perché lo yoga insegna l'alimentazione</p> <p>Conferenza</p> <p><u>Franco Gasparri</u></p>

15:00 **Cerchio, Canti e Giochi adulti e bambini. Portiamo dei Giochi e dei Canti del Bosco e della nostra quotidianità nel Bosco.**

Sessione al coperto

[Manamandi](#)

[PRENOTA via WhatsApp](#)

15:00 **Autodifesa femminile e respirazione**

Sessione prato

[Riccardo Alessi](#)

15:00 **Arpaterapia di gruppo**

Sessione in Yurta

[Erika Fumagalli](#)

[PRENOTA via WhatsApp](#)

16:00 **Mindfulness Transpersonale**

Sessione in Yurta

[Silvia Morea Psicoterapeuta Transpersonale](#)

[PRENOTA via WhatsApp](#)

16:00 **Comunicazione nel forró (Danza)**

Sessione prato

[Gioia Zahir – Forró in Chianti](#)

16:00 **Vite Passate: come trasformare il presente guardando e lasciando andare il passato dell'Anima**

Conferenza

[Esistenza di Elisa Staderini](#)

[PRENOTA via WhatsApp](#)

17:00 **Il corpo non si ammala. Si difende. Scoprirai come le**

15:00 **Benessere animale e energia,- Durante la conferenza verranno presentati strumenti naturali come floriterapia, cristalloterapia e tecniche energetiche dolci, utili per accompagnare cani e gatti in momenti di stress, cambiamento o fragilità.**

Conferenza

[Elisa Pasquini](#)

[PRENOTA via WhatsApp](#)

15:00 **Esplorazione somatica di presenza**

Sessione in Yurta

[Samanta Zarcone](#)

[PRENOTA via WhatsApp](#)

15:00 **Workshop: Manifesta i tuoi sogni: passa all'azione**

Sessione prato

[Beatrice Cencin](#)

[PRENOTA via WhatsApp](#)

16:00 **Movimento corporeo e meditazione : La danza del cuore: abitare il proprio centro, espandersi nel mondo**

Sessione in Yurta

[Virginia Maitè Orlacchio](#)

[PRENOTA via WhatsApp](#)

16:00 **Storia del DIEN CHAN® Durante la conferenza apprenderai la storia della nascita del metodo,le basi ed**

tossine alimentari, ambientali e metaboliche condizionano ogni aspetto della tua salute, e come il corpo attiva già da solo i suoi processi di autoguarigione.

Conferenza

[Simone Fiumicelli](#)

PRENOTA via WhatsApp

17:00 Armonizzazione trascendentale quantica - bagno Sonoro

Sessione al coperto

[Ida Bagno sonoro](#)

17:00 Pittura Meditativa 10€ contributo acquisto materiali
Sessione in Yurta

[Sahaja](#)

PRENOTA via WhatsApp

17:00 Hatha Yoga Sblocca l'energia dei Chakra con campane Tibetane (Michela Deva)

Sessione prato

[Valeyoga](#)

PRENOTA via WhatsApp

18:00 Meditazione guidata Riequilibrio Chakra con Campane Tibetane, Aromaterapia di Oli Essenziali e magia di Cristalli.

Sessione in Yurta

[Michela Deva Giurgola](#)

PRENOTA via WhatsApp

i concetti principali, come funziona, perché risulta essere così efficace, i suoi vantaggi, la nascita del primo punto e della prima mappa oltre a tutte le informazioni relative al corso base.

Conferenza

[Tessa Lenzi DIEN CHAN®](#)

PRENOTA via WhatsApp

16:00 Hathayoga e meditazione

Sessione prato

[Alessandro Meli](#)

17:00 Capoeira Bimbi

Sessione al coperto

[L'academia ASD e scuola Escola Regional Capoeira](#)

17:00 Conferenza Sulle tracce della divinazione

Conferenza

[Esistenza di Elisa Staderini](#)

PRENOTA via WhatsApp

17:00 Arpaterapia di gruppo

Sessione in Yurta

[Erika Fumagalli](#)

PRENOTA via WhatsApp

17:00 Cerchio Sciamanico Kalunet: guarire le ferite del bambino interiore

Sessione prato

[Maurizio Crescioli](#)

PRENOTA via WhatsApp

18:00 Esibizione arti marziali Muay Thai

18:00 Meditazione Attiva con gli Archetipi

Sessione prato

[Silvia Morea Psicoterapeuta Transpersonale](#)

[PRENOTA via WhatsApp](#)

18:00 Danza forró

Sessione al coperto

[Gioia Zahir – Forró in Chianti](#)

19:00 Laboratorio Erboristico e Tecniche di Autocura.
 Impareremo a fare un oleolito esplorando le proprieta' di alcune piante, e poi passeremo alla pratica di alcune tecniche di automassaggio consapevole.

Sessione in Yurta

[Michela Deva Giurgola](#)

[PRENOTA via WhatsApp](#)

19:00 Viaggio Sonoro ad Arpa

Sessione al coperto

[Erika Fumagalli](#)

[PRENOTA via WhatsApp](#)

20:00 Ecstatic dance

Sessione al coperto

[Ecstatic Dance Pamela B.](#)

21:00 Sonus Yard Live Ecstatic Dance

Sessione al coperto

[Sonus Yard](#)

[PRENOTA via WhatsApp](#)

Sessione al coperto

[ChockDee Academy](#)

18:00 Pratica di Mantra Yoga

Sessione prato

[Francesca Madhavi](#)

[PRENOTA via WhatsApp](#)

18:00 Energia ciclica femminile e arte

Sessione in Yurta

[Elisa Guerri](#)

[PRENOTA via WhatsApp](#)

19:00 Canti Medicina di varie tradizioni del Mondo,

Sessione al coperto

[Erica Anandi e Lorenzo](#)

20:00 Pratica condivisa del canto dei Mantra

Sessione al coperto

[Kirtan Rasa Firenze](#)

Informazioni e FAQ

Ingresso e Biglietti

🔒 L'ingresso allo spazio Instabile è libero per visitare la fiera e il bar/ristorante, mentre per attività e trattamenti è necessario il biglietto.

🌟 Costo: 8 € al giorno o 15 € per entrambi i giorni.

🔥 Offerta Early: 5 € al giorno o 10 € per entrambi i giorni. [Iscriviti qui](#)

Info pratiche

Portare tappetino, abbigliamento comodo, borraccia e braccialetto.

Le attività nella Yurta hanno posti limitati, consigliata la prenotazione.

Si può mangiare sul posto.

Location: Instabile – Via della Funga snc – Firenze, www.instabilefirenze.it

Adatto a tutti i livelli, anche principianti.