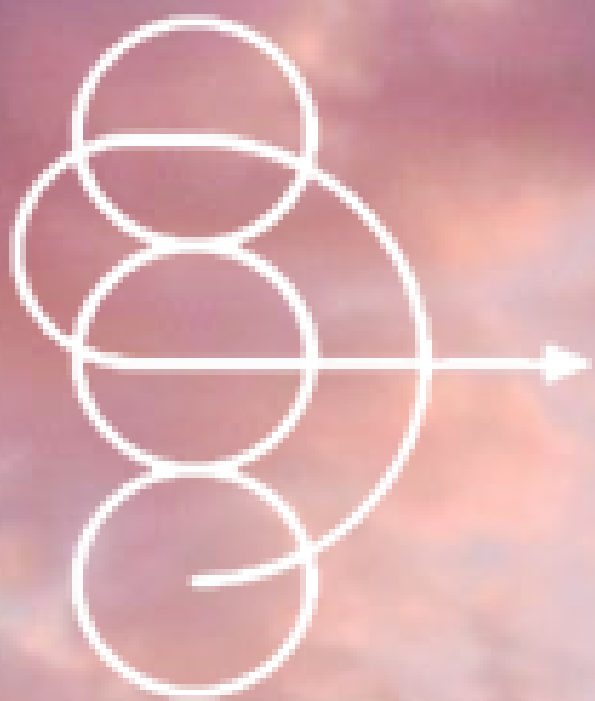




Simpat

11a edizione

Corposamente 2026

Corpi

in

equilibrio

18-19-20
settembre
2026

Casa
Versiglia
Genzano di Roma

Per info e iscrizioni
www.simpat.org - info@simpat.org



Programma

VENERDÌ

H. 9.30	Registrazione
H. 10.00	Inizio trattamenti
H. 11.00	Inizio delle attività
H. 11.45	<i>Plenaria:</i> Fabrizio Tiezzi - “A suon di equilibrio”
H. 13.30	Pranzo
H. 15.00	<i>“L’angolo dei castelli in aria”</i> Apertura dello spazio di condivisione
H. 15.30	<i>Workshop in plenaria</i> Marilena Bernardini - Meditazione, viaggio nei chakra: via di pace e di equilibrio
H. 17.00	Merenda
H. 17.30	<i>Workshop in contemporanea</i> • Chiara Budini: L'equilibrista che è in te: sulla slackline del corpo e del cuore • Michela Giani: "Elementi" del corpo in movimento: alla ricerca dell'originale equilibrio • Marco Mazzetti: Equilibri del corpo, equilibri nel corpo • Alessandra Pierini: L’equilibrio fiorisce... con i Fiori di Bach
H. 19.30	Tempo libero
H. 20.00	Cena - (vestiti da milonga)
H. 21.00	Lezioni di equilibrio sulle note del Tango



Programma

SABATO

H. 07.30	Running, risveglio sonoro, risveglio muscolare
H. 08.15	Colazione
H. 09.30	<i>In plenaria</i> <i>Attività a gruppi</i>
H. 10.00	GRUPPO A Simona Parisi - Il risveglio dell'armonia nell'equilibrio tra forze opposte e complementari: Un viaggio esplorativo attraverso la pratica Yoga e la Bionergy Dance
	GRUPPO B Enrico Lisei - Ritmicamente equilibrati sull'onda dell'Altro - Il ritmo nella vita e nell'incontro
H. 12.30	Tempo libero
H. 13.00	Pranzo
H. 15.00	<i>Attività a gruppi</i> (Gruppo A - Lisei e Gruppo B - Parisi)
H. 17.30	Pane di Genzano a Merenda
H. 18.00	Tempo libero
H.18.30	Santa Messa (per chi vuole)
H. 19.30	Cena
H. 20.30	Incanto ed equilibrio: Arriva il circo



Programma

DOMENICA

H. 07.15	Running, risveglio sonoro, risveglio muscolare
H. 08.00	Colazione
H. 09.00	<i>Workshop in contemporanea</i> • Misa Ermini: Equilibrio corpo a corpo • Sara Filanti: Gli squilibrati • Patrizia Baroncini: Alla ricerca nel corpo dell'equilibrio perduto
H. 11.00	Pausa caffè
H. 11.30	<i>Workshop in plenaria</i> Alessandra Pierini - Parole in equilibrio
H. 12.30	Condivisione e chiusura
H. 13.30	Pranzo (su prenotazione)

Trattamenti:

- Riflessologia plantare
- Shiatsu
- Massaggio Californiano
- Osteopatia somato emozionale
- Pranoterapia
- Naturopatia e Iridologia
- Lavoro sui Chakra

Michela Giani
Giorgia Gattei
Samuele Della Giovampaola
Lucia Iavarone
Michele D'Urso
Sergio Maravigna
Marilena Bernardini

I trattamenti vengono svolti in contemporanea durante tutto il residenziale

Attività mattutine:

- Risveglio Muscolare
- Risveglio Sonoro

Sara Filanti
Fabrizio Tiezzi