

EVENTI STAGIONE 2021

☯ RESPIRO COSCIENTE:

nulla è più importante del nostro respiro. Michelle Sabatini vi accompagnerà in un viaggio con voi stessi dove potrete esplorare e sperimentare diverse tecniche di respirazione e imparare ad osservare quali influenze ha il tuo respiro sul tuo stato fisico, energetico, emotivo. Riserva la data del 4 settembre 2021. Programma consultabile [qui](#).

☯ TRA CIELO E TERRA:

Tempo per fermarti, staccare dal quotidiano, rigenerarti e ripartire con una nuova visione. Con Cristina Caldelari, guida ai luoghi energetici e terapeuta e Simona Viviani, artista e terapeuta. Programma [qui](#).

☯ YOGA e DANCING FREEDOM:

in collaborazione con maestre di Yoga organizzeremo corsi, workshop e retreat per stare all'ascolto di sé e della natura incontaminata circostante. Prossimo corso: 14-15 agosto 2021 con [Keri Gonzato](#). Programma di massima [qui](#).

☯ 1 AGOSTO IN MUSICA

Il DUO SOUL JAZZ di [Sandro Schneebeli](#) e Andi Appignani suoneranno alla Baita Arami per festeggiare la patria in modo un po' diverso. Evento da non perdere.

☯ Il 22 luglio ENAUDI sarà presente al Castello di Bellinzona. Ma anche noi alla BAITA ARAMI avremo il nostro ENAUDI :-)
[Dario Alaimo](#) ci accompagnerà con la sua tastiera per regalarci soavi note e permettere a tutti di passare una bella serata con musica d'autore

☯ YOGA e DANCING FREEDOM:

in collaborazione con maestre di Yoga organizzeremo corsi, workshop e retreat per stare all'ascolto di sé e della natura incontaminata circostante. Prossimo corso: 3-4 luglio 2021 con [Keri Gonzato](#). Programma di massima [qui](#).

☯ DINAMIZZARE IL CUORE CON L'ENERGIA DORATA DI ARAMI:

Alberi secolari ed espressione artistica. Cristina Caldelari e Simona Viviani vi accompagneranno in un viaggio alla scoperta dello spirito degli alberi ma anche di voi stessi grazie all'espressione pittorica in natura. Programma [clicca qui](#).