

## AFFITTO SPAZI

Un ambiente improntato all'accoglienza, all'armonia, al rilassamento, alla serenità.. ottimo presupposto non solo per attività legate al benessere. Sono disponibili varie sale per eventi di diverse dimensioni, tutte attrezzate per: eventi olistici, meeting aziendali, incontri pubblici, danza, attività di team-building e tanto altro. Disponibili anche studi per consulenze professionali.

## NOTE SUL PROGRAMMA

Questo calendario é stato redatto con cura e attenzione, ma nonostante ciò date, orari ed eventi potrebbero variare ed essere integrati.

Vi preghiamo pertanto di prenderlo come indicazione di massima, seguitemi sulla nostra pagina FB dove i dettagli sono sempre aggiornati in tempo reale.

Ricordate che per rispettare le norma anti COVID è necessario contattarci per prenotare il proprio posto.

## IL CENTRO OLISTICO

Luogo di pace, accoglienza, apertura, approdo per tutti coloro che sentono dentro di sé, una spinta a conoscersi maggiormente, a cambiare, a migliorarsi in un mondo che cambia rapidamente. Luogo di ricerca, non solo attraverso la luce della conoscenza, ma soprattutto tramite la comprensione delle emozioni, la sperimentazione di metodi, tecniche, pratiche, che possano portare vantaggio alla nostra quotidianità. Perché le frequenze che ci consentono di essere più ricettivi, intelligenti, empatici, attivi, veloci, amorevoli, compassionevoli, grati alla vita.. sono a due passi da noi, se davvero desideriamo impegnarci ad esserlo.

PERCHÉ TU PUOI ESSERE MIGLIORE, MOLTO PIÙ  
DI CIÒ CHE SEI E DI CIÒ CHE CREDI DI POTER  
ESSERE. E QUI PUOI FARNE ESPERIENZA.

## CONTATTI

Orari segreteria: lun-ven 10:00/12:00 e 17:00/20:00

Via Ca' Bianca, 34/bis - 21052 Busto Arsizio (VA)

Tel. 0331 622170 - Cel. 348 2324402

[info@ilcentroolistico.com](mailto:info@ilcentroolistico.com)

[WWW.ILCENTROOLISTICO.COM](http://WWW.ILCENTROOLISTICO.COM)



# CALENDARIO CORSI

Settembre- Dicembre  
2020

### LUNEDI'

Ginnastica posturale – dalle 10.00 alle 11.00  
Yoga in gravidanza – dalle 12.30 alle 13.30  
Yoga Mamma e Bebè – dalle 14.30 alle 15.30  
Yoga in gravidanza - dalle 19.15 alle 20.15  
Ananda yoga – dalle 20.00 alle 21.30

### MARTEDI'

Arti marziali interne – dalle 15.00 alle 16.00  
Arti marziali interne – dalle 16.30 alle 17.30  
Hatha yoga – dalle 19.00 alle 20.30  
Biodanza – dalle 21.00 alle 23.00

### MERCOLEDI'

Hatha yoga – dalle 9.30 alle 11.00  
Incontri di meditazione – dalle 19.30 alle 20.30  
Corso di teatro – dalle 20.45 alle 22.45

### GIOVEDI'

Feldenkrais– dalle 10.00 alle 11.15  
Qigong – dalle 10.30 alle 12.00  
Tai Chi Chuan – dalle 19.00 alle 20.30

### ENERDI'

Conferenze a tema – dalle 20.30 alle 22.30

### SABATO e DOMENICA

Seminari, incontri a tema, percorsi di formazione.

### INFORMZIONI UTILI

Per partecipare ai corsi è necessario seguire con cura le vigenti norme anti contagio. A tal proposito Il Centro Olistico ha predisposto appositi percorsi per l'accesso alle sale corsi, affinché siano evitati gli assembramenti, igienizza adeguatamente tutti gli ambienti, mette a disposizione igienizzanti per la disinfezione delle mani.

Vi ricordiamo di portare da casa tutti i materiali necessari allo svolgimento delle attività da voi scelte, come concordato con gli insegnanti.

Siamo a disposizione per qualunque chiarimento.

Grazie.

### PER I VOSTRI CORSI

Vuoi organizzare le tue attività? Il tu insegnante preferito è alla ricerca di un nuovo spazio dove proporre le sue lezioni?

Gli spazi del Centro Olistico sono a disposizione per organizzare Corsi, conferenze, eventi legati al mondo del benessere, della crescita personale.

Una sala corsi di 180 mq luminosa, dotata di palco, videoproiettore, impianto hi-fi, microfoni wireless e a filo, specchi alle pareti e un magnifico pianoforte.

Completano l'offerta altre due sale adatte per piccoli gruppi.