

## LA FATTORIA DIDATTICA E LE IMPERDIBILI OFFERTE

Agrisport Cà di Cuni è il posto giusto per chi vuole rilassarsi immerso nella natura e fare molto di più...

- Il corso di **“NATUROPOSTURA”** (imparare il modo giusto e naturale per muoversi e prevenire il mal di schiena e i dolori articolari)
- La preparazione posturale e compensativa per i **“BIKERS”**
- La degustazione degli apprezzatissimi **“PRODOTTI AZIENDALI”**
- I **SEMINARI OLISTICI** (Feldenkrais, bioginnastica, fiori di Bach e meridiani energetici, ecc.)
- I **SEMINARI AGRO-TECNICI** (coltivazione ecosostenibile e tecniche a confronto)

Il calendario delle offerte speciali:

**OFFERTA BENESSERE:** minimo 4 notti dal 2/1 al 1/3 € 50 a notte nel monolocale per 2 perone o € 75 a notte nel bilocale per 4 persone **gratis** corso di **Naturopostura**

**OFFERTA DEGUSTAZIONE:** minimo 3 notti dal 1/3 al 14/5 € 50 a notte nel monolocale per 2 perone o € 75 a notte nel bilocale per 4 persone **gratis** degustazione prodotti con **OMAGGIO:** 1litro olio extra vergine + 2 marmellate a scelta

**OFFERTA BIKERS:** minimo 6 notti dal 14/05 al 12/06 € 50 a notte nel monolocale per 2 perone o € 75 a notte nel bilocale per 4 persone **gratis** corso di **Allenamento posturale e compensativo** + Percorso guidato con Maestro Federazione Italiana Mountainbike.

**OFFERTA WEEK END OLISTICI:** € 150 a persona in monocali per 2 o bilocali per 4 - l'offerta si attiva con un minimo di 4 partecipanti -:

12-13 marzo: seminario sul “metodo A.B.C.” per chi vuole imparare a muoversi e lavorare prevenendo dolori articolari e mal di schiena

19-20 marzo: seminario sui “Fiori di Bach per il benessere quotidiano”

02-03 aprile: seminario sul metodo Feldenkrais “la leggerezza di camminare”

16-17 aprile: seminario di Bioginnastica

14-15 maggio: seminario su “Alimentazione naturale”

28-29 maggio: seminario sul metodo Feldenkrais “Affinare i sensi”

**OFFERTA WEEK END TECNICI** con Agronomo e Biologo: € 150 a persona in monolocali per 2 o bilocali per 4 - l'offerta si attiva con un minimo di 4 partecipanti -:

- 5-6 marzo: Coltivazione e potatura dei fruttiferi e sistemi di allevamento
- 9-10 aprile: Coltivazione e potatura dell'olivo e sistemi di allevamento
- 8-9 maggio: Gestione e sicurezza nel lavoro in agricoltura: uso degli attrezzi e dispositivi di sicurezza (Agronomo) e apprendimento delle tecniche posturali (Chinesiologo)
- 30 aprile -1 maggio: Le piante e i loro benefici - 1° parte -
- 11-12 giugno: sistemi di coltivazione degli ortaggi
- 25-26 giugno: seminario "il Mare nel Bosco" viaggio alla scoperta della flora e della fauna del bosco ligure (Agronomo e Dott. Forestale) e immersione virtuale nei fondali del Ponente Ligure (Biologo marino)

# Stage di bioginnastica®

riequilibrio posturale bioenergetico



bioginnastica



Sabato 14 maggio

## La verticalità e le gambe L'albero della vita

presso



AGRISPORT CA' DI CUNI

Via S. Benedetto, 20 – Diano Arentino (IM)

dinamicos@libero.it – 3281039678

[www.agrisport.it](http://www.agrisport.it)

**Weekend Retreat**

**In English**

# **FELDENKRAIS MOVES**

**(Awaken your **senses**)**

## **Feeling**

touch and feel.

## **Seeing**

the power behind your eyes.

## **Listening**

listen to yourself and your voice.

## **Smelling and tasting**

savor the intensity of the Ligurian hills in Italy.



**18/19 JUNE or 24/25 SEPTEMBER or 08/09 OCTOBER 2016.**

**€ 150 per person**

We have available:

2, one roomed, apartments (each can accommodate 2 people).

2, two roomed, apartments (each can accommodate up to 4 people)

**WE REQUIRE A MINIMUM OF 4 PEOPLE TO INITIATE A COURSE**