

Orto  
Botanico  
di Torino



# *i Giardini del Benessere*

**E DELLO SPORT**



**19** | **16 GIUGNO**  
**20** | dalle ore 09.30

Viale Pier Andrea Mattioli, 25  
TORINO

Email  
csempiemonte@gmail.com

Telefono  
011 19179197

Sito Web  
www.giardinidelbenessere.it

## **GIARDINI DEL BENESSERE E DELLO SPORT**

Domenica 16 Giugno 2019 ritorna l'appuntamento estivo de "I Giardini del Benessere e dello Sport", all'interno dell'Orto Botanico del Valentino.

Più di 20 tra maestri ed istruttori verranno a presentare e promuovere le proprie attività sportive e discipline olistiche. Vi saranno numerose attività di gruppo: classi yoga e pilates, meditazione, laboratori esperienziali, trattamenti e massaggi olistici. Il tutto all'interno della magica cornice dell'Orto Botanico di Torino.

Una giornata dedicata al benessere, al fitness, e allo sport. Un'occasione per provare, ascoltare e vedere all'opera grandi maestri del settore delle Discipline Bionaturali e del Wellness. Terra, piante e fiori la via regia della natura che porta al benessere. Ci saranno attività rivolte a tutti, grandi e piccini. Potrete vivere una bellissima esperienza di vita, allontanando lo stress della vita quotidiana