



14 GIOVEDÌ NOVEMBRE

ORARIO	DURATA	ATTIVITÀ	[Si prega di presenziare alle attività con 10 minuti di anticipo]
14:00			Healthy snack: crema al caffè
14:15	45 Min.	■	Ginnastica Posturale in Palestra CrossFit • Prenotazione in struttura
15:30	60 Min.	■	Aquagym in Vasca Piscina Chalet esterna • Partecipazione libera
15:30			Healthy snack: mela cotta, cannella e cardamomo
16:30	45 Min.	■	Yoga e respirazione in Palestra CrossFit • Prenotazione in struttura
17:00			Healthy snack: arancia candita e cioccolato 70%
A partire dalle 17:00		■	Aufguss Moderni, Scrub Aufguss, Savonage, Smoke e Rituali Meditativi in Sauna Finlandese, Bagno di Vapore, Hammam, Temazcal
			Partecipazione libera per chi accede al Percorso Acque Neró Spa
18:30			Healthy snack: crema allo yogurt in sifone e mirtilli
20:00			Healthy snack: gazpacho di agrumi e stracciatella al pepe
21:30			Healthy snack: cheese cake al caffè e mascarpone
Tutto il pomeriggio		■	Massaggio cervicale di 10 min. in Tenda Beauty
			Prenotazione anticipata, a pagamento

15 VENERDÌ NOVEMBRE

ORARIO	DURATA	ATTIVITÀ	[Si prega di presenziare alle attività con 10 minuti di anticipo]
14:00			Healthy snack: crema al caffè
14:15	45 Min.	■	Slowly Pelvic Floor Gym in Palestra CrossFit • Prenotazione in struttura
15:30	60 Min.	■	Aquagym in Vasca Piscina Chalet esterna • Partecipazione libera
15:30			Healthy snack: mela cotta, cannella e cardamomo
16:30	45 Min.	■	Yoga e respirazione in Saletta Chalet • Prenotazione in struttura
17:00			Healthy snack: arancia candita e cioccolato 70%
A partire dalle 17:00		■	Aufguss Moderni, Scrub Aufguss, Savonage, Smoke e Rituali Meditativi in Sauna Finlandese, Bagno di Vapore, Hammam, Temazcal
			Partecipazione libera per chi accede al Percorso Acque Neró Spa
>> 18:00	30 Min.	■	Renato Sonego, presidente dell'Associazione Italiana Saune e Aufguss segue aperitivo, presso Neró Spa • Partecipazione libera
18:00	30 Min.	■	Bagni di suono con strumenti etnici in Saletta Chalet • Prenotazione in struttura
18:30			Healthy snack: crema allo yogurt in sifone e mirtilli
>> 20:00	90 Min.	■	Cena con lo Chef Guglielmo Giudice "Il Respiro di Neró" in Sala Ristorante Hotel • Dress code informale • Prenotazione anticipata, a pagamento, posti limitati
20:00			Healthy snack: gazpacho di agrumi e stracciatella al pepe
>> 20:30	90 Min.	■	Concerto di arpa celtica con Giada Dal Cin in Sala Relax Neró Spa
			Partecipazione libera per chi accede al Percorso Acque Neró Spa
21:30			Healthy snack: cheese cake al caffè e mascarpone
21:30	30 Min.	■	Bagni di suono in Saletta Chalet • Prenotazione in struttura
Tutto il pomeriggio		■	Massaggio cervicale di 10 min. in Tenda Beauty
			Prenotazione anticipata, a pagamento

>> Durante i 4 giorni di Festival saranno disponibili **maschere, creme, tisane e acque aromatizzate.**

BEAUTY BITES

ACTIVITY

EXPERIENCE

TALK

ART GALLERY

NIGHT