

16 SABATO NOVEMBRE

| ORARIO | DURATA | ATTIVITÀ | [Si prega di presenziare alle attività con 10 minuti di anticipo] |
|-----------------------|---------|----------|--|
| 09:00 | 45 Min. | ■ | Yoga e respirazione • Prenotazione in struttura <i>Healthy snack: biscotti artigianali by Terme Preistoriche</i> |
| 10:00 | | | |
| 10:30 | 45 Min. | ■ | Degustazione di Tè: Viaggio in Giappone, presso Neró Private Spa • <i>Partecipazione libera</i> |
| 11:00 | 40 Min. | ■ | Bagni di suono con strumenti etnici in Saletta Chalet • <i>Prenotazione in struttura</i> |
| 11:30 | 30 Min. | ■ | Rilassamento con suoni di Hand Pan in Piscina Chalet interna • <i>Partecipazione libera</i> <i>Healthy snack: centrifuga di frutta fresca</i> |
| 11:30 | | | |
| 11:45 | 30 Min. | ■ | Risplendere con lo Face Yoga e l'efficacia di Cecile, presso Neró Private Spa • <i>Partecipazione libera</i> |
| 11:45 | 45 Min. | ■ | Laboratorio di scrub con rituale guidato in Bagno di Vapore, in Tenda Beauty • <i>Partecipazione libera, posti limitati</i> |
| 12:00 | 30 Min. | ■ | Rituale Unico Neró Spa: l'essenza di Neró Spa per un benessere profondo in Tenda Beauty • <i>Partecipazione libera</i> <i>Healthy snack: tzatziki e carote viola</i> <i>Healthy snack: crema al caffè</i> |
| 13:00 | | | |
| 14:00 | | | |
| 14:15 | 45 Min. | ■ | Stretching in Palestra CrossFit • <i>Partecipazione libera, posti limitati</i> |
| 14:30 | 30 Min. | ■ | Massaggio Lomi Lomi: un caldo abbraccio, morbido come le onde del mare in Tenda Beauty • <i>Partecipazione libera</i> |
| 14:45 | 45 Min. | ■ | Laboratorio di scrub con rituale guidato in Bagno di Vapore, in Tenda Beauty • <i>Partecipazione libera, posti limitati</i> |
| 15:00 | | | |
| 15:00 | 30 Min. | ■ | Bagni di suono in Saletta Chalet • <i>Prenotazione in struttura</i> |
| 15:00 | 30 Min. | ■ | Massaggio vibrazionale in acqua con Campane Tibetane, in Vasca Piscina Panoramica interna • <i>Riservata agli ospiti in soggiorno</i> |
| 15:30 | 45 Min. | ■ | Degustazione di Tè: Profumi d'autunno e d'inverno, presso Neró Private Spa • <i>Partecipazione libera</i> |
| 15:30 | 30 Min. | ■ | Rilassamento con suoni di Hand Pan in Piscina Chalet interna • <i>Partecipazione libera</i> <i>Healthy snack: mela cotta, cannella e cardamomo</i> |
| 15:30 | | | |
| >> 16:30 | 60 Min. | ■ | Luca Barcellona: la calligrafia come forma di meditazione. Dimostrazione live di creazione di un'opera calligrafica di grande formato, presso Neró Art Gallery • <i>Partecipazione libera</i> |
| 16:45 | 45 Min. | ■ | Automassaggi drenanti e liftanti combinanti con la forza di Juco, Nora e Ruben, presso Neró Private Spa • <i>Partecipazione libera</i> |
| 16:45 | 45 Min. | ■ | Laboratorio di scrub con rituale guidato in Bagno di Vapore, in Tenda Beauty • <i>Partecipazione libera, posti limitati</i> <i>Healthy snack: arancia candita e cioccolato 70%</i> |
| 17:00 | | | |
| 17:30 | 40 Min. | ■ | Bagni di suono con strumenti etnici in Saletta Chalet • <i>Prenotazione in struttura</i> |
| 18:00 | 30 Min. | ■ | Rilassamento con suoni di Hand Pan in Piscina Panoramica interna <i>Riservata agli ospiti in soggiorno</i> <i>Healthy snack: crema allo yogurt in sifone e mirtilli</i> |
| 18:30 | | | |
| 19:00 | 45 Min. | ■ | Degustazione di Tè: Rituale del tè, presso Neró Private Spa • <i>Partecipazione libera</i> <i>Healthy snack: gazpacho di agrumi e stracciatella al pepe</i> |
| 20:00 | | | |
| >> 21:30 | 60 Min. | ■ | Light Up Christmas nel Parco del Resort • <i>Partecipazione libera</i> <i>Healthy snack: cheese cake al caffè e mascarpone</i> |
| 21:30 | | | |
| Tutto il giorno | | ■ | Massaggio cervicale di 10 min. in Tenda Beauty <i>Prenotazione anticipata, a pagamento</i> |
| A partire dalle 11:00 | | ■ | Aufguss Moderni, Scrub Aufguss, Savonage, Smoke e Rituali Meditativi in Sauna Finlandese, Bagno di Vapore, Hammam, Temazcal <i>Partecipazione libera per chi accede al Percorso Acque Neró Spa</i> |

BEAUTY BITES

ACTIVITY

EXPERIENCE

TALK

ART GALLERY

NIGHT

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