

# OLOS: il Festival della Rinascita

## OLOS STAGE

### SABATO 20 GIUGNO 2026

09.30	<b>RECHARGE YOUR POWER</b> - <i>Cristiano Lollo, Vera Bettiol, Nicola Artico</i> Pratica dinamica e liberatoria per sciogliere stress, ascoltare il corpo e riattivare la forza vitale. Un inizio energizzante che combina movimento e pause di consapevolezza per ritrovare equilibrio, presenza e nuova energia interiore.
10.15	<b>RADICI DI RINASCITA</b> - <i>Micol Dell'Oro</i> Vinyasa morbido e consapevole che unisce respiro, equilibrio e ascolto interiore. Una sequenza progressiva e accessibile che guida verso stabilità, apertura del corpo e rinascita interiore, dalle radici alla luce.
11.30	<b>VAYUS FLOW</b> - <i>Enzo Ventimiglia</i> <b>Pran: Riconnettersi con il primo respiro</b> Masterclass che integra yoga, respiro e visualizzazioni per risvegliare Pran Vayu. Sequenze fluide, backbend progressivi e pranayama liberano il torace, espandono il cuore e riconnettono alla forza vitale del primo respiro.
12.45	<b>GROUNDING FLOW: Muovi gli elementi</b> - <i>Arianna Ceroni Agostinelli</i> Yoga Flow dedicato al radicamento e alla consapevolezza degli elementi nel corpo. Attraverso il movimento e l'ascolto si trova stabilità nella trasformazione, favorendo equilibrio, salute e rinascita.
14.00	<b>PAUSA RIGENERATIVA</b>
15.00	<b>SIAMO UN SOLO CUORE</b> - <i>Vera Bettiol</i> Vinyasa Yoga dedicato al solstizio d'estate: un flusso dinamico ma accogliente che celebra il sole e la luce. Una pratica per risvegliare la luce interiore e riconnettersi al calore del cuore.
16.15	<b>ASHTANGA YOGA: le otto membra</b> - <i>Laura Orlandi</i> <b>Gli strumenti dell'ottuplice cammino negli Yoga Sutra di Patanjali</b> Pratica e riflessione ispirate agli Yoga Sutra di Patanjali e alla Bhagavad Gita. Attraverso lavoro fisico, energetico e mentale si esplorano gli strumenti dello yoga per ascolto interiore, trasformazione e rinascita spirituale.
17.30	<b>AVATĀRA</b> - <i>Susanna Petternelli e Arianna Ceroni Agonistelli</i> <b>Rinascita del Divino nella Forma</b> Pratica di Hatha Yoga che esplora il corpo come ponte tra visibile e invisibile. Un percorso simbolico di trasformazione in cui il divino prende forma, guidando verso consapevolezza e rinascita interiore.

### DOMENICA 21 GIUGNO 2026

06.00	<b>CERIMONIA DEL SOLE E DEL MARE</b> - <i>Cristiano Lollo</i> <b>Olistic Workout® &amp; Yoga all'Alba</b> Pratica all'alba sulla spiaggia che unisce movimento fluido, respiro consapevole ed energia dello yoga. Un risveglio sensoriale e spirituale per accogliere la luce, aprire il cuore e celebrare la Giornata Internazionale dello yoga.
08.30	<b>IL CIELO DENTRO DI TE</b> - <i>Vera Bettiol e Nicola Artico</i> Una pratica che unisce dinamismo e dolcezza, accompagnata da musica dal vivo. Ispirata all'incontro simbolico di Sole e Luna, invita ad aprire il cielo interiore e ritrovare equilibrio, celebrando le energie luminose che vivono dentro di noi.
09.45	<b>IL SOLE NEL CUORE</b> - <i>Davide Cisotto</i> <b>Trasmutare alla Luce dello Spirito</b> Pratica di Raja Yoga orientata alla concentrazione e alla posizione meditativa. Attraverso il cuore si richiama il principio solare interiore, riscoprendo la luce che ci connette e che sostiene un processo di consapevolezza, unità e rinascita.
11.00	<b>SUONI DELL'ANIMA</b> - <i>Nicola Artico</i> <b>Viaggio musicale e meditativo</b> Un'esperienza che unisce musica, meditazione e vibrazioni profonde. Canti rituali e suoni ancestrali guidano corpo e mente verso silenzio interiore, presenza e connessione, favorendo armonia ed energia nel momento presente.
12.15	<b>TORNA A FIDARTI DEL TUO CORPO</b> - <i>Beatrice Mazza</i> Pratica di yoga secondo il metodo Feminie Embodied Flow che invita a ritrovare fiducia attraverso il movimento consapevole. Un percorso tra equilibrio, radicamento e ascolto interiore per riconnettersi al proprio centro e alla saggezza del corpo.
13.30	<b>SALUTI CON I CUSTODI DEL CERCHIO</b> <b>Un cerchio di condivisione e presenza per onorare insieme il cammino vissuto.</b>

\*Il programma potrebbe subire variazioni

# OLOS: il Festival della Rinascita

## EXPERIENCE AREA (Silent)

### SABATO 20 GIUGNO 2026

10.15	<b>LASCIARE ANDARE - Sabrina Scarfò</b> <b>Il respiro della trasformazione</b> Una pratica di respiro consapevole e movimento fluido arricchita dagli oli essenziali. Un viaggio interiore per sciogliere tensioni, liberarsi dal superfluo e ritrovare spazio, leggerezza e presenza, accogliendo la trasformazione con cura e consapevolezza.
11.30	<b>KARMA - Susanna Petternella</b> <b>Rinascere nell'Azione</b> Lezione di Vinyasa Yoga che esplora il karma come potenziale creativo. Attraverso respiro e movimento, il corpo diventa spazio di consapevolezza dove ogni gesto e intenzione diventano possibilità di trasformazione e rinascita.
12.45	<b>ATISHA - Riccardo Tamiazzo</b> <b>Trasforma il tuo dolore nello spazio del cuore. Heart Chakra Meditation.</b> Introduzione e meditazione attiva sul chakra del cuore. Una pratica di consapevolezza che invita a trasformare il dolore in amore, luce e condivisione, riscoprendo nel cuore uno spazio di guarigione e connessione profonda.
14.00	<b>PAUSA RIGENERATIVA</b>
15.00	<b>VAYUS FLOW - Enzo Ventimiglia</b> <b>Apana: Rinascere dalla Terra</b> Masterclass che esplora Apana Vayu, l'energia discendente legata a radicamento e stabilità. Attraverso movimento dinamico e respirazione mirata si sviluppano forza, mobilità e connessione con la terra, favorendo un senso profondo di equilibrio e rinascita.
16.15	<b>FIORIRE NELLA LUCE - Micol Dell'Oro</b> Vinyasa Yoga dinamico e intenso che unisce flussi continui, aperture del cuore e transizioni creative. Il respiro guida il movimento, trasformando energia in presenza e libertà, in una pratica pensata per chi desidera esplorare profondità e trasformazione.
17.30	<b>RINASCERE ALLA GIOIA - Davide Cisotto</b> <b>La Via della Contentezza</b> Una pratica che fonde yoga, danza e musica per risvegliare il corpo e l'espressività. Un'esperienza creativa e accessibile a tutti, che invita a muoversi con libertà e a ritrovare gioia, connessione e presenza.

### DOMENICA 21 GIUGNO 2026

08.30	<b>RINASCERE - Sabrina Scarfò</b> <b>Il Fuoco interiore e la Luce del cuore</b> Una pratica vitale e rigenerante per risvegliare l'energia del cuore e accendere il tuo fuoco interiore. Movimento, respiro e oli essenziali dall'energia solare per riscoprire forza, fiducia e apertura. Un invito a rinascere lasciando che ogni respiro diventi luce e nuova energia.
09.45	<b>IL CORPO - Beatrice Mazza</b> <b>Dove tutto inizia, ritorna e si trasforma</b> Pratica di yoga secondo il metodo Feminine Embodied Flow che invita a riconnettersi alla fluidità del corpo. Attraverso respiro e movimento consapevole si crea spazio nelle zone di tensione, favorendo ascolto interiore, libertà e trasformazione.
11.00	<b>ABHYASA e VAIRAGYA - Laura Orlandi</b> <b>La rinascita attraverso gli insegnamenti della Bhagavad Gita</b> Un percorso ispirato agli insegnamenti della Bhagavad Gita e degli Yoga Sutra di Patanjali. Attraverso pratica fisica, energetica e mentale si esplorano ascolto, consapevolezza e possibilità di cambiamento per una rinascita spirituale.
12.15	<b>IL RESPIRO - Arianna Ceroni Agostinelli</b> <b>Controlla, espandi la tua energia, calma la mente</b> Un viaggio esperienziale nel pranayama e nel breathwork per gestire lo stress, aumentare l'energia e accedere a stati di calma profonda. Strumenti pratici per migliorare benessere, presenza e qualità della vita.

\*Il programma potrebbe subire variazioni

# OLOS: il Festival della Rinascita

## RELAX AREA

### SABATO 20 GIUGNO 2026

11.30	<b>NUMEROLOGIA - <i>Mattia Casarin</i></b> <b>I numeri hanno sempre ragione</b> Un incontro con il linguaggio invisibile dei numeri per riconoscere i tuoi talenti, la tua direzione e il disegno unico della tua anima.
12.45	<b>SENTIRE, RESPIRARE, TRASFORMARSI - <i>Alice Gasperina</i></b> <b>Il Viaggio degli Oli Essenziali</b> Un'immersione sensoriale tra profumi e vibrazioni sottili, dove l'olfatto diventa porta di guarigione e trasformazione interiore.
14.00	<b>PAUSA RIGENERATIVA</b>
15.00	<b>ALIMENTAZIONE E RESPIRO - <i>Mauro e Sara Mion</i></b> <b>Una connessione imprescindibile</b> Un incontro multidisciplinare fondamentale per comprendere come la nostra salute respiratoria sia profondamente legata alle scelte alimentari e alla corretta meccanica corporea.
16.30	<b>COSTELLAZIONI SISTEMICHE E SPIRITUALI - <i>Alessandra Carcereri</i></b> <b>Come agiscono nella nostra vita</b> Un viaggio nei legami invisibili che guidano le nostre scelte per portare luce ai blocchi, sciogliere i nodi e aprire nuovi orizzonti di consapevolezza.

### DOMENICA 21 GIUGNO 2026

09.30	<b>NUMEROLOGIA - <i>Mattia Casarin</i></b> <b>I numeri hanno sempre ragione</b> Un incontro con il linguaggio invisibile dei numeri per riconoscere i tuoi talenti, la tua direzione e il disegno unico della tua anima.
11.00	<b>DINACHARYA - <i>Federica Di Salvatore</i></b> <b>Rinnovarsi con la routine quotidiana ayurvedica</b> Un ritorno ai ritmi sacri della natura per riallineare corpo e mente, ritrovare equilibrio e coltivare una felicità autentica e consapevole.

*\*Il programma potrebbe subire variazioni*