

PROGRAMMA

FITNESS & TALK



AREA YOGA & MINDFULNESS

h 10.00-10.45

YOGA FLOW
Celina Mariut

h 10.45-11.00

Bordighera Blu Park:
come scoprire e difendere
le meraviglie del mare
by E.R.I.

h 11.00-11.45

MOBILITY FOR ALL
Alessandra Leva

h 11.45-12.00

Dove vanno a finire
i miei abiti quando
non li uso piu?
by Abito

h 12.00-12.45

PILATES FLOW
Nadia Orlando

h 12.45-13.00

Workout for the planet:
Il nostro impegno
by ZERO IMPACT FITNESS

h 13.00-13.45

h 13.45-14.00

CleanAlp: vieni con noi
a conoscere e difendere
le nostre montagne
by E.R.I.

h 14.00-14.45

POSTURAL FUSION
Valentina Salsarulo

h 14.45-15:00

Micro/Nano plastiche,
acqua e ghiacciai
by ECOPOLI

h 15.00-15.45

ROCK PILATES
Valentina Vitale

h 15.45-16.00

NIB - network of
interconnected bins.
La raccolta differenziata
intelligente é possibile?
by ECOPOLI

h 16.00-16.45

HATHA YOGA
Celina Mariut



AREA FUNCTIONAL & TONE

CARDIO TONE
Alessandro Biselli

CARDIO BOXE
Sveva Boscolo

Come il cambiamento
climatico sta impattando
sulla nostra salute!
by ECOPOLI

FIT CROSS
Alessandra Leva

Workout for the planet:
Il nostro impegno
by ZERO IMPACT FITNESS

BODY POWER
Simone Gentili

1000 giorni di te e di noi:
i neonati, le famiglie
e la natura
by E.R.I.

FUNCTIONAL TRAINING
Angelica Marchetti

Donare vestiti: cosa
come e perché
by Abito

TONE&TONE
Laura Camosso

IL PODCAST come divul-
gare la scienza in modo
semplice, efficace e
comprensibile?
by ECOPOLI

PHYSICAL DANCE
Antonio Augelli



AREA PERSONAL TRAINING

Stefano Gemello
Stefano Crivello
Angelica Marchetti
Alessandro Biselli

h 10.00-10.30
h 10.30-11.00

h 11.00-11.30
h 11.30-12.00

Pillole di sostenibilità

h 12.00-12.30
h 12.30-13.00

Pillole di sostenibilità

PAUSA

Pillole di sostenibilità

h 14.00-14.30
h 14.30-15.00

Pillole di sostenibilità

h 15.00-15.30
h 15.30-16.00

Pillole di sostenibilità

h 16.00-16.30
h 16.30-17.00

