

miti**blum**

THE DIFFERENT SIDE OF THE MOUNTAIN

PROGRAMMA

Venerdì 19 Giugno 2026

13:30 - 14:30	Accoglienza e Cerimonia di Apertura Benvenuto con coccola sfiziosa	•	Terrazza Lounge Hotel Monte Pana
14:30 - 14:45	Camminata verso il Natural World Heritage Cinema	•	Monte Pana
15:00 - 15:45	Yoga al cospetto delle Dolomiti con vibrazioni di cristallo con Francesca e Linda	•	Natural World Heritage Cinema - Monte Pana
14:30 - 16:00	Pana Raida (bambini)	•	Monte Pana
16:15 - 17:00	Balla con le Dolomiti con ISABELL SENONER	•	Terrazza Lounge Hotel Monte Pana
17:00 - 18:30	Relax e tempo libero	•	
18:30 - 20:00	Aperitivo e musica Maciacconi Sport	•	Selva di Val Gardena

● Attività per tutti, adatte ai bambini

● Attività adulti

PROGRAMMA

Sabato 20 Giugno 2026

8:00 - 8:30	Risveglio muscolare con MARTINA	●	Piazza Comune Selva di Val Gardena
8:45	Partenza per il parcheggio Plan de Gralba	●	Parcheggio sotto Piazza del Comune Selva
9:15	Ritrovo alla cabinovia Piz Seteur	●	Plan de Gralba
9:30 - 11:00	Passeggiata fino al Rifugio Comici	●	Sassolungo - Plan de Gralba
11:15 - 12:30	Yoga ad alta quota e Dj Set con FRANCESCA e DJ MÂT	●	Sassolungo - Rifugio Emilio Comici
11:15 - 12:30	Attività bambini - Muay Thai con MATTEO ROIZ	●	Sassolungo - Rifugio Emilio Comici
12:30 - 14:00	Pranzo in Rifugio	●	Rifugio Emilio Comici
14:15	Passeggiata di rientro	●	Plan de Gralba
16:00	Free Energy Snack	●	Val Gardena Center - Selva di Val Gardena
16:30 - 17:30	Arrampicata bambini & adulti CON GUIDE ALPINE "Gardena Guides"	●	Palestra Val Gardena Active Selva di Val Gardena
16:30 - 17:30	Energy Healing Tabata con ISABELL SENONER	●	Piazza del Comune Selva
17:30	Relax e tempo libero	●	
	Cena libera	●	
	Riposo	●	

PROGRAMMA

Domenica 21 Giugno 2026

International Yoga Day

8:00 – 9:00	Colazione libera e Check out	●
09:30	Ritrovo in Vallunga	● Vallunga - Selva
9:45 - 12:00	INTERNATIONAL YOGA DAY 108 Saluti al Sole Con LINDA e MARTINA	● Vallunga - Selva
10:30 - 11:30	Muay Thai e rituali spirituali con Sara Nocker e Matteo Forni	● Vallunga - Selva
10:30 - 12:00	Attività bambini	● Vallunga - Selva
12:00 - 12:30	Cerimonia di chiusura con Healing Sounds	● Vallunga - Selva

- Attività per tutti, adatte ai bambini
- Attività adulti

Per informazioni contattare:

Martina Cesselli | cm.consultant@hotmail.com

Linda Trotta Kaserer | linda@gardena.net

www.mitiblum.it

Sponsor & Partner