

Risvegli

melodie in movimento

SABATO 3 OTTOBRE 2026
Villa Giustinian Lolin - Este (PD)

Via Chiesa Prà 64

*Le Associazioni propongono
una giornata di attività motoria e musica.*



L'attività fisica all'**aria aperta** offre l'opportunità di connettersi con la **natura** ed è un modo meraviglioso per migliorare la **salute** e il **benessere fisico, mentale e sociale**.

L'**attività motoria** e la **musica** si integrano in modo significativo: l'attività fisica può stimolare la musica e la musica può essere "vissuta" attraverso il movimento.

Il **corpo svolge movimenti** come camminare e

respirare. La **musica scandisce e accompagna i movimenti**, può essere ascoltata o cantata e abbinata a gesti per essere compresa meglio, rafforzando **attenzione, memoria e coordinazione**.

Le attività motoria e musicale diventano altresì un'occasione per incontrare nuove persone e sviluppare nuove **amicizie**, rendendo questa giornata un'esperienza **divertente e salutare**.

programma **ore 9.15 Accoglienza**

ore 9.30 Attività motoria coordinata da **Federica Brunello**, chinesologa

ore 10.30 Concerto: Melodie dal Mondo
musiche del duo

Elena Munkacsi, flauto, **Davide Gazzi**, chitarra e bouzouki greco

ore 12.00 Visita guidata alla villa

ore 13.00 Momento conviviale