

LONGEVITY WEEKS COSTA SMERALDA

Holistic Program

8 – 11 Ottobre 2026 • Porto Cervo

Giovedì

8 OTTOBRE

16:30–18:00

Holistic Talk

18:30–20:30

Azul Dance

Sara Ponton

Venerdì

9 OTTOBRE

08:00–09:30

Hatha Yoga

Cristiana Signorelli

11:00–12:30

Mindfulness

Sara Panza

15:00–18:00

Costellazioni Familiari

Valentina Delise

18:30–20:30

Ecstatic Dance + Sound Bath

Max Passante & Michael Reiley

Sabato

10 OTTOBRE

08:00–09:30

Hatha Yoga

Cristiana Signorelli

10:00–11:30

Mindfulness

Sara Panza

10:30–13:30

EarthPainting • Eco Art

Marianne Cordier

12:00–13:00

Sound Bath

Michael Reiley

16:00–19:00

Costellazioni Familiari

Valentina Delise

Domenica

11 OTTOBRE

08:00–09:30

Hatha Yoga

Cristiana Signorelli

10:30–13:30

**Arte Terapia /
Pittura Intuitiva**

Marianne Cordier

16:00–18:30

Ecstatic Dance + Sound Bath

Max Passante &

Michael Reiley