



# Програма

## Лекции

- 10:30 - 11:30 ч.** Д-р Светла Николова: Натурална, био и веган козметика за хората и за гома
- 12:00 - 13:00 ч.** Надя Петрова: Може ли истинската храна да ни разболява?
- 13:00 - 14:00 ч.** ПОЧИВКА
- 14:00 - 15:00 ч.** Д-р Райна Стоянова и Албена Тонкин: Хранене за алкално-киселинен баланс
- 15:30 - 16:30 ч.** Магдалена Пашова: Модерният човек - баланс в храната и живота
- 17:00 - 18:00 ч.** Д-р Мариян Иванов: Хомеопатия в ежедневието - как да си помогнем при стрес и често срещани заболявания

## Спорт

- 09:30 - 10:30 ч.** Ива Благоева: Йога
- 11:00 - 12:00 ч.** Иван Германов: Инсанити за всички
- 12:00 - 13:00 ч.** Наташа Радуканова: Канго джъмпис
- 13:00 - 13:30 ч.** ПОЧИВКА
- 13:30 - 14:15 ч.** Дафинка Зарева: Тай чи
- 14:30 - 15:30 ч.** Диляна Костова: Пилатес & Fit Ball
- 16:00 - 17:00 ч.** Мартин Гаджев: Комбат екстрийм
- 17:30 - 18:30 ч.** Рамон Мартинес: Зумба

## Еко работилнички

- Приготвяне на домашен хляб с квас
- Домашно сладко от годжи бери
- Изработка на бижута
- Нов живот на старите вещи
- Вкусни веган десерти
- Домашна козметика
- Живот в градината

## Био базар

- Био храни и напитки
- Натурална козметика и стоки за гома
- Сертифицирани хранителни добавки и витамини
- Безплатни прегледи и консултации с препоръчани от нас специалисти

## Детски кът

- Карвинг за деца
- Театър за деца от 3 г. до 10 г.  
"Магазинче за цветове" - от 11:30

