

# VACANZE 2025

## LA VIA DI CASA

**Puglia, Margherita di Savoia (FG) - *Nel mare che ho dentro*  
Biovacanza con Biodanza e Movimenti Maestri MOV.I.AN  
da Sabato 21 Giugno a Sabato 28 Giugno 2025**



**Cimbro, a La Via di Casa (VA) - *Innamorati e Innamorati della Vita*  
Biovacanza con Biodanza e Costellazioni Familiari  
da Domenica 10 Agosto a Sabato 16 Agosto 2025**



**Grecia, a Lesbos nel mar Egeo - *Il corpo tra Eros e Trascendenza*  
Teatro, Danza, Canta, Ama  
da Mercoledì 20 Agosto a Mercoledì 27 Agosto 2025**





## *Nel mare che ho dentro*

### BioVacanza in Puglia

#### **BIODANZA CON MOVIMENTI MAESTRI MOV.I.AN**

Una BioVacanza con Biodanza e Movimenti Maestri per navigare le acque dell'animo umano. Il contatto con la natura e con l'acqua del mare ci restituirà progressivamente un senso di calma e libertà, necessari per riconnetterci con noi stessi e per comprendere il senso profondo del mare che vive in noi. Una vacanza è anche una occasione per scoprire nuovi luoghi e conoscere nuove persone. Saremo a Margherita di Savoia, a ridosso delle terre di Federico II di Svevia e della Riserva naturale del Gargano.

#### **DOVE SIAMO**

Margherita di Savoia (BT) una lingua di terra tra il mare e le saline, Meraviglioso habitat per i fenicotteri rosa. A 40 minuti dal Santuario di Padre Pio a San Giovanni Rotondo, un ora dalla Grotta di San Michele a Monte San Angelo e dal Gargano, 20 minuti da Barletta/Trani e 45 minuti dalla città di Bari

#### **LOCATION**

Villa indipendente con accesso privato al mare. Sistemazione in camere multiple.

#### **PROGRAMMA**

Check-in Sabato 21 Giugno dalle 15,30 Check-out Sabato 28 Giugno entro le 10,00

#### **LA GIORNATA TIPO**

Ogni giorno vivremo una/due sessioni di Biodanza e Movimenti Maestri, (costellazioni familiari opzionali) che potranno avere luogo al mattino o al pomeriggio/sera, sia all'aperto (terrazza, portici, spiaggia) che nella sala interna. Il resto della giornata, avremo il tempo per dedicarci al mare, agli amici, al relax e al buon cibo, alla meditazione e a passeggiate sia in natura che nei paesi limitrofi. Durante la vacanza organizzeremo una uscita di gruppo nella "Zona Umida" di Margherita di Savoia, che accoglie numerosissime specie animali acquatiche tra cui il fenicottero rosa. Il trasporto sarà organizzato all'interno del gruppo.

#### **LA CUCINA**

Rosalba e Giusy, cuoche locali, si occuperanno di noi preparando con amore ottimi piatti della tradizione pugliese, dalla colazione alla cena, accontentando i gusti e le esigenze di tutti. Non mancheranno cibi vegetariani e l'attenzione alle principali intolleranze.

#### **SISTEMAZIONE**

Alloggeremo in diverse residenze indipendenti, adiacenti tra loro, tutte con accesso privato al mare (circa 50 m). La Sistemazione sarà in camere multiple da 3/4 posti, con bagno condiviso. I posti disponibili (per dormire) sono 20. Per chi lo desidera, sarà possibile partecipare alla BioVacanza rientrando alla sera nella propria abitazione e usufruendo del solo Vitto e Seminario, o del solo Seminario. La casa principale, dove svolgeremo le sessioni, è servita da Wifi.

**LA QUOTA COMPRENDE** trattamento di pensione completa BEVANDE incluse (Birra, Acqua, caffè); parcheggio privato recintato e accesso alla spiaggia; laboratori giornalieri; visita guidata nella "Zona Umida" di Margherita di Savoia;

**LA QUOTA NON COMPRENDE** il viaggio A/R per raggiungere la località; Minivan 9 posti disponibile in loco per spostamenti di gruppo; escursioni organizzate autonomamente.



## ***Nel mare che ho dentro***

### BioVacanza in Puglia

#### **COME ARRIVARE**

Aeroporto di Bari - EasyJet e Ryanair - partenza Milano Malpensa o Bergamo

Aeroporto di Foggia - Lumiwings - partenza Linate

Autostrada A14 uscita Foggia proseguire per Manfredonia/Zapponeta

Autostrada A16 uscita Candela proseguire per Foggia/Manfredonia/Zapponeta

#### **QUOTE**

Quota intera €790

È applicato uno sconto alle iscrizioni che perverranno entro il 1° aprile, quota ridotta €690

L'ISCRIZIONE SI COMPLETA CON IL VERSAMENTO DELL'ACCONTO di €200

#### **COORDINATE BANCARIE**

**Causale:** Acconto Biovacanza Puglia

LA VIA DI CASA SOCIETA' COOPERATIVA SOCIALE ONLUS

IBAN IT03 T030 6950 5301 0000 0007 393 Banca IntesaSanPaolo

FRANCESCA GALEOTTA

IBAN IT44Z0760115700000050374263 POSTE ITALIANE

2° acconto di €150 da versare entro il 15 Maggio.

#### **QUOTE SENZA ALLOGGIO**

SOLO SEMINARIO € 35 AL GIORNO (1 SESSIONE)

€ 180 A SETTIMANA (ALMENO 1 SESSIONE AL GIORNO)

VITTO E SEMINARIO € 60 AL GIORNO

€ 350 A SETTIMANA se prenoti entro il 1 aprile con acconto da € 200

€ 75 AL GIORNO

€ 450 A SETTIMANA se prenoti dopo il 1 aprile con acconto da € 200

#### **DISDETTA**

L'acconto verrà restituito completamente nel caso in cui trovi una persona che partecipi al tuo posto alla vacanza.

Per disdetta pervenuta entro il 01 Maggio verrà restituito il 50% dell'acconto versato. Oltre tale data, l'acconto non verrà restituito.

#### **PER PROCEDERE CON LA PRENOTAZIONE:**

1 – EFFETTUA IL VERSAMENTO DEL PRIMO ACCONTO;

2 – COMPILA IL SEGUENTE FORM PER LASCIARE I TUOI DATI (CLICCA SUL LINK)

<https://forms.gle/Nss1gDkQUJSmXSfL7>



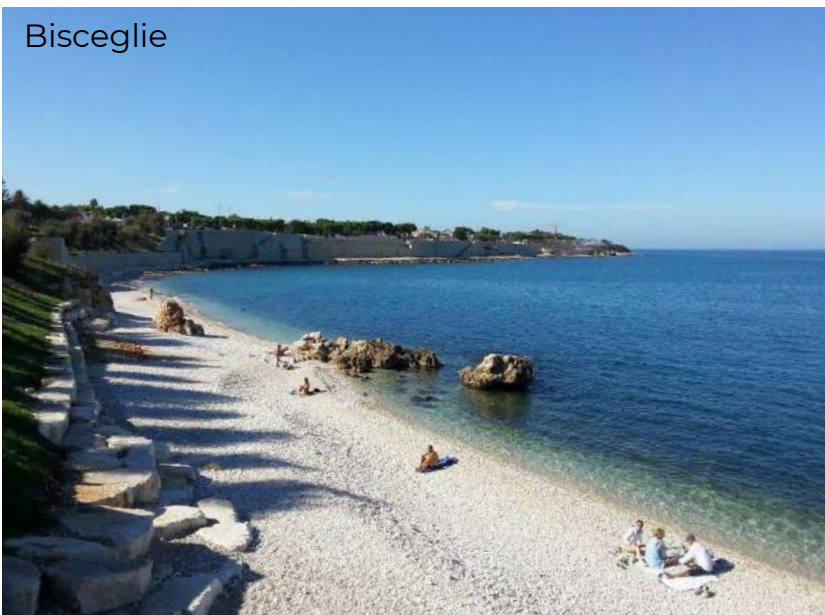
***Nel mare che ho dentro***  
*BioVacanza in Puglia*

Barletta



Grotta di Sant'Angelo

Bisceglie



Sant'Angelo





## ***Innamorati e Innamorati della Vita*** *BioVacanza a Cimbro di Vergiate (VA)*

### **BIODANZA CON BIODANZA E COSTELLAZIONI FAMILIARI**

Una BioVacanza con Biodanza e costellazioni famigliari, per scoprire cosa ci fa innamorare, della Vita, cosa muove gli esseri umani a giocare alla Vita? Quali sono gli ingredienti che ci rendono erotici nei confronti della Vita?

Renderemo utile, quindi utilizzabile la sapienza di poeti, saggi, folli, maestri, rivoluzionari, trasformandola in gesti, danze, gioia, amicizia, riposo, preghiera, per gustarla con i sensi e trasformarla in in Vita vissuta e piena.

Una BioVacanza é anche: Conoscere amici che diventano una tribù, le storie raccontate di notte intorno al falò, un tuffo in piscina, rallentare, buon cibo preparato con amore, prendersi cura di sé in un luogo che è casa.

### **DOVE SIAMO**

Presso la bella sede immersa nel verde de La Via di Casa, a Cimbro di Vergiate (Va).

La nostra Casa da quasi vent'anni accoglie i gruppi di adulti, bambini e adolescenti e famiglie che qui studiano, lavorano, crescono, in tutti i sensi!

L'accoglienza è con letti in camere multiple con bagno. Occorre portare la propria biancheria per il letto e il bagno.

### **PROGRAMMA**

Check-in dalle ore 16.00 del 10 Agosto - Check-out 16 Agosto entro le ore 16:00

### **LA GIORNATA TIPO**

Ogni giorno vivremo una/due sessioni di biodanza, che potranno avere luogo al mattino o al pomeriggio all'aperto o nella sala interna. Le costellazioni familiari ci aiuteranno a "vedere" i blocchi che ci separano dal realizzare i ns desideri. Durante la vacanza organizzeremo una gita al lago, il trasporto sarà organizzato all'interno del gruppo. Ogni giorno avremo tempo da dedicare agli amici, al relax, ad un bagno in piscina, alla meditazione, alla lettura, o a passeggiate in natura.

### **LA CUCINA E SISTEMAZIONE**

Deborah si occuperà di noi cucinando ottimi piatti, con la sua creatività. Per ogni pasto sono previsti cibi vegetariani. Se hai particolari esigenze alimentari faremo di tutto per accontentarti. Angolo coffee-break con tisane, acqua e frutta disponibile tutto il giorno.

La Sistemazione è in camere multiple con bagno da 3/4 posti, è possibile dormire nella propria tenda o nella yurta (portando il proprio materassino).

### **CHI CONDUCE**

**Fabrizio Lampugnani** è Insegnante didatta del metodo Biodanza, specializzato in Biodanza e Progetto Minotauro, Albero dei Desideri e Biodanza per Bambini e Adolescenti. Operatore del Sistema Movimenti Maestri™ esperto educativo-scolastico. Leader di firewalking e Yoga dalla Risata. Attore e coordinatore di Arte Movida/Master Move Theatre. Consulente sistemico familiare metodo Mov.i.an in tirocinio.



## ***Innamorati e Innamorati della Vita*** *BioVacanza a Cimbro di Vergiate (VA)*

### **QUOTE**

E' applicato uno **sconto** alle iscrizioni che perverranno entro il **1° giugno 2025**

L'ISCRIZIONE SI COMPLETA CON IL VERSAMENTO DELL'ACCONTO di € 100,00

E' previsto un secondo acconto di € 100 da versare entro il 20 luglio 2023

Per disdetta pervenuta entro il 1/7 verrà restituito il 50% dell'acconto, 60% dell'acconto se scegli voucher utilizzabili per i corsi/vacanze organizzati da Fabrizio e Monica, oltre tale data l'acconto non verrà restituito.

L'acconto verrà restituito completamente nel caso in cui trovi una persona che partecipi al tuo posto alla vacanza.

- **La quota intera** con pensione completa è di € 590, € 490 se prenoti entro il 1° giugno (€ 560 in tenda/yrta; € 460 prenoti entro il 1° giugno)

- **La quota parziale** € 525 seminario più vitto (no alloggio), € 440 se prenoti entro il 1° giugno

- **Solo seminario** € 270 (senza vitto e alloggio), € 230 se prenoti entro il 1 giugno. I posti disponibili (per dormire) sono 12. Ci sono altri 6 posti per chi abita in zona o decide di dormire in un Hotel o B&B. Per chi abita in zona è possibile partecipare alla BioVacanza rientrando alla sera alla propria abitazione, usufruendo del solo Vitto e del Seminario, o del solo seminario.

**LA QUOTA COMPRENDE:** trattamento di pensione completa bevande incluse (Vino, Acqua, e caffè); laboratorio/i giornaliero/i; organizzazione e guida di una gita al lago e/o escursione da decidere insieme.

**LA QUOTA NON COMPRENDE:** il viaggio di andata e ritorno (è nostra abitudine renderci disponibili per mettere in contatto i partecipanti che potranno organizzare equipaggi per condividere il viaggio insieme); per le escursioni: il biglietto d'ingresso a spiagge, luoghi sacri e/o musei, il costo del trasporto;

### **COORDINATE BANCARIE**

Causale: Acconto Biovacanza Cimbro

IBAN IT03 T030 6950 5301 0000 0007 393 presso Banca INTESA – Sesto Calende (VA)  
intestato a LA VIA DI CASA SOCIETA' COOPERATIVA SOCIALE ONLUS

### **COME ARRIVARE**

In Auto dalla A8 uscire a Sesto Calende Vergiate, proseguire verso Vergiate, attraversare il centro e proseguire verso Varese, incontrerete una doppia rotonda oltrepassatela, poi sulla sx troverete un distributore Tamoil proseguite fino alla successiva rotonda, prendete la 3<sup>a</sup> uscita proseguite per circa 300 metri alla curva a gomito girate a dx in via Cascina Ciabattino arrivate fino in fondo alla strada, siete arrivati a Casa a La Via di Casa.

In Treno ci sono due stazioni nelle vicinanze 1 e 3 km: Mornago-Cimbro e Vergiate, quando arrivate chiamateci, vi veniamo a prendere.

In Aereo: aeroporto Milano Malpensa dista circa 12 km quando arrivate chiamateci, vi veniamo a prendere. La casa è servita da Wi-Fi.

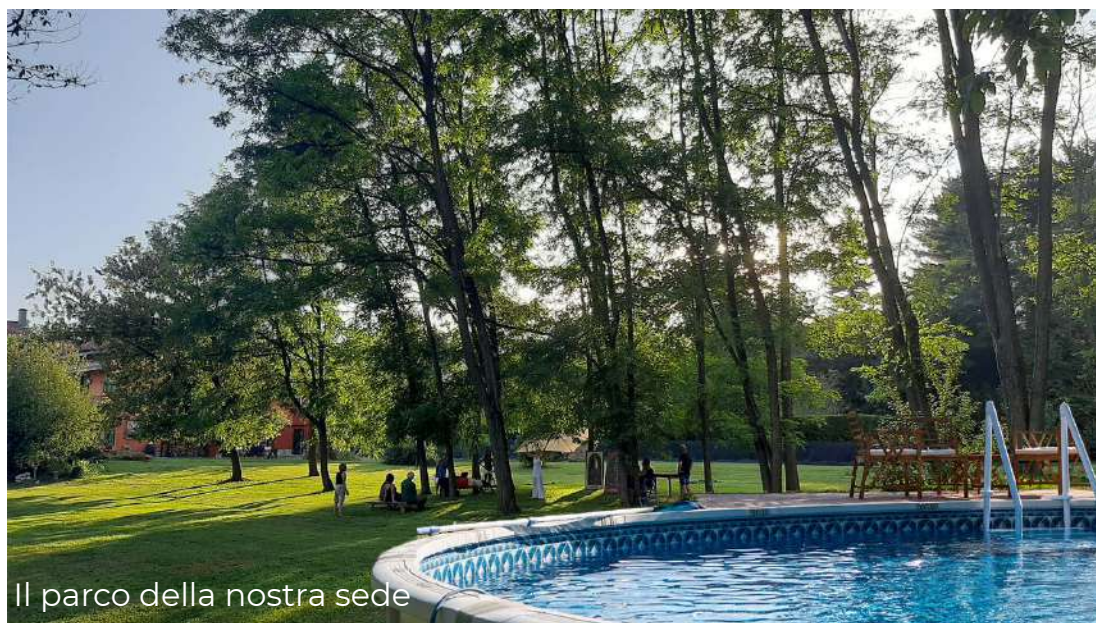


# *Innamorati e Innamorati della Vita*

*BioVacanza a Cimbro di Vergiate (VA)*



Lago Maggiore



Il parco della nostra sede



Le sale della nostra





## ***Il corpo tra Eros e Trascendenza***

*Teatro, Danza, Canta, Ama in Grecia, a Lesbos nel mar Egeo*

### **VACANZA DI TEATRO**

Grecia è la culla archetipica del teatro inteso come **rito** dove il **sacro** e **profano** si incontrano nelle vicende archetipiche di eroi, dei, angeli e demoni in opere divenute immortali. Oggi come allora, **per noi di MMT, il corpo dell'attore è tempio estetico e strumento dello spirito** che esprime l'Umano desiderio di ripristinare l'unità perduta col Divino. Una o due sessioni al giorno di lavoro su se stessi tramite il teatro e poi riposo, mare, sole in una villa esclusiva con piscina a Lesbo che si affaccia sulla spiaggia.

### **PER SAPERNE DI PIÙ**

L'obiettivo dei nostri percorsi non è semplicemente imparare a recitare ma è lasciare che accada la **catarsi estetica** di cui parlava Aristotele, che è quell'onda emozionale che fluisce tra attori e spettatori e li trasporta in un'unica dimensione amorosa rituale, laddove accade la trasformazione di cui ognuno ha bisogno. In MMT l'attore recita, danza, canta e al contempo invoca, loda, ringrazia, chiede e dona. **Il corpo dell'attore prega** trascendendo confessioni e credenze affinché **il sussurro dell'Eterno sia qui, ora, per te. Per tutti.**

### **MASTER MOVE THEATRE**

è una **forma sperimentale di teatro** creato da **Monica Antonoli nel 2008**. Suo epicentro metodologico è il lavoro dell'attore sulla propria crescita **personale e spirituale** dal quale emerge l'espressione creativa attoriale e l'opera. Il focus del lavoro è il **corpo** inteso come tempio creativo e **mediatore delle forze invisibili** che muovono il gesto, la parola, il canto, la danza intesa come movimento simbolico e rituale che sgorga dall'intima sorgente dell'Anima. Il corpo dell'attore che si muove nello spazio-tempo del sacro non solo recita: emoziona, scioglie, unisce, illumina. Si dona. **La musica**, protagonista del percorso, ci accompagna, precede, guida.

I **ritiri** e gli stage sono condotti da **Monica Antonoli** (regista, autore e formatore) con **Elena Barbagallo** (attrice e aiuto regista), **Raffaella Lisi** (musicista e compositrice).

### **DOVE**

Nella parte più selvaggia dell'isola di Lesbo, saremo in una villa con piscina, adagiata su un'altura a nostro uso esclusivo. Un incanto per il corpo e lo spirito! Nelle vicinanze c'è il piccolo villaggio di pescatori di **Tavari**, con le sue taverne e caffetterie sul lungomare e una lunga distesa di spiaggia sabbiosa con acque poco profonde. E' un luogo ideale per un soggiorno di pace e per svolgere un ottimo lavoro su se stessi. E' altresì una buona base da cui partire per esplorare Lesbo con le auto che noleggeremo all'arrivo in aeroporto.

All'interno della villa, saremo ospitati in monolocali e appartamenti con camere da 2 o 3 persone, con bagno e angolo cottura. Lo splendido spazio abitativo esterno comprende la piscina con vista sul mare, l'ampia terrazza con solarium, l'area barbecue, una cucina comune e lo straordinario **pavillon** per le sessioni di teatro con vista sulla spiaggia di **Podaras**, a due minuti a piedi. Lì ci attende un delizioso caffè dove si servono piatti tradizionali greci e dove, se siamo fortunati si canta e balla al chiaro di luna.

### **COME RAGGIUNGERE LESBO**

**Lesbo** si raggiunge facilmente con voli quotidiani da **Atene** che è collegata ai maggiori aeroporti italiani. La villa che ci ospiterà è situata sulla costa sud occidentale dell'isola a un'ora e mezza circa d'auto dall'**aeroporto di Mytilini**. Il trasferimento sarà organizzato con le auto che prenderemo a noleggio.



## ***Il corpo tra Eros e Trascendenza***

*Teatro, Danza, Canta, Ama in Grecia, a Lesbos nel mar Egeo*

### **QUOTE DI PARTECIPAZIONE**

€ 1.200

**- OFFERTA - € 1.050 per iscrizioni entro il 15.4.2024!**

**La quota comprende:** il seminario, alloggio 7 notti + colazione (con possibilità di cucinare), l'uso di tutti gli spazi comuni interni ed esterni, 4 cene in villa (bevande incluse), l'uso dell'auto (1 ogni 5 persone), la spiaggia (non attrezzata), i trasferimenti da e per l'aeroporto (negli orari prestabiliti).

**La quota non comprende:** i voli aerei (o traghetti); i pranzi (liberi), 3 cene (libere), eventuali trasferimenti extra orari prestabiliti da e per l'aeroporto; eventuali gite, escursioni, ingressi museali ecc.

**NB: La prenotazione e l'acquisto del volo aereo o traghetto è a propria cura individuale.  
(prima si prenota, meno si paga)**

L'iscrizione si conferma con il versamento di un anticipo di € 400.00 (rimborsabili totalmente entro il 15.06 e il 50% entro 15.07) Oltre tale data l'anticipo non è rimborsabile. Il versamento del saldo è da eseguirsi entro l'01.08.2025.

### **COORDINATE BANCARIE**

Causale: Acconto Biovacanza Cimbro

IBAN IT03 T030 6950 5301 0000 0007 393 presso Banca INTESA – Sesto Calende (VA)  
intestato a LA VIA DI CASA SOCIETA' COOPERATIVA SOCIALE ONLUS





# VACANZE 2025

## LA VIA DI CASA

INFO E PRENOTAZIONI

[info@laviadicasa.org](mailto:info@laviadicasa.org) / +39 348 732 4377 Fabrizio