

1

АВГУСТА
ВОСКРЕСЕНЬЕ

ПРОГРАММА ТЕМАТИЧЕСКОГО ПРАЗДНИКА

«ВЕГФЕСТ»



Уважаемые гости!

Просим Вас при посещении программы:

- * соблюдать социальную дистанцию
- ** использовать средства индивидуальной защиты.

Количество мест ограничено - до 50 человек на каждой площадке, где не указано каких-либо других ограничений.

РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ

14:00-15:00

ПРОГРАММА-ПОГРУЖЕНИЕ "ГИМАЛАЙСКИЕ ПРАКТИКИ" Приглашаем вас присоединиться к уникальной программе-погружению, которую впервые в Москве проведут наши мастера из мировой столицы йоги - Ришикеш (Индия)

- Большая деревянная сцена

16:00-17:00

ВЕЧЕРНЯЯ МУЗЫКАЛЬНАЯ ПРОГРАММА Музыка – это универсальный язык человечества. Практически все люди любят слушать музыку и подпевать любимым композициям.

- Большая деревянная сцена

ЛЕКЦИИ И МАСТЕР-КЛАССЫ

10:00-11:00
15:00-16:00

ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЦИГУН. Цигун – это система успокоения собственного сознания и внутренних энергий человека.

- МРП

МАСТЕР-КЛАСС ПО ХАТХА-ЙОГЕ ДЛЯ ЗДОРОВОЙ СПИНЫ.

- Около Большой деревянной сцены

11:00

ЙОГА-НИДРА. ПОЛНОЕ РАССЛАБЛЕНИЕ ПОД ЗВУКИ ХАНГА

- Около Большой деревянной сцены

12:00

АЮРВЕДИЧЕСКИЕ СЕКРЕТЫ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Опытные мастера расскажут о том, какие продукты нужно выбирать для правильного питания.

- Около Большой деревянной сцены

12:00-13:00
15:00-16:00

ЛЕКЦИЯ О ВОССТАНОВЛЕНИИ И ОБНОВЛЕНИИ ПСИХИЧЕСКОГО И ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ЧЕЛОВЕКА «РЕНЕССАНС». Школа Mental Psychology приглашает на лекцию на которой вы получите базовые знания и механизмы взаимодействия сознания, души, тела и о возможностях вашего рода. На лекции у вас будет возможность получить опыт который вы нигде не встретите.

- Малая сцена

ВОЗДУШНАЯ ЙОГА « ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ ». Йога в гамаках включает в себя расслабляющие асаны, дыхательные практики, полёты и прыжки.

- справа от Лесного Лабиринта

ДЕМОНСТРАЦИОННЫЙ КУЛИНАРНЫЙ МАСТЕР-КЛАСС С ДЕГУСТАЦИЕЙ.

- Около Большой деревянной сцены

13:00

ЛЕКЦИЯ ПРАКТИКУЮЩЕГО ВРАЧА «ЗДОРОВОЕ ВЕГЕТАРИАНСТВО»

- Около Большой деревянной сцены

15:00

ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ МАСТЕР-КЛАСС ПО ИНДИЙСКИМ ТАНЦАМ.

- Большая деревянная сцена

ВОЗДУШНАЯ ЙОГА « ДЛЯ ДЕТЕЙ » Йога в гамаках - это просто находка для родителей, дети которых только начинают осваивать спорт и нагрузки.

- справа от Лесного Лабиринта

15:00-16:00

13:00-13:45
16:00-16:45

ЦИГУН ДЛЯ НАПОЛНЕНИЯ ЭНЕРГИЕЙ.

- Около Большой деревянной сцены

16:00

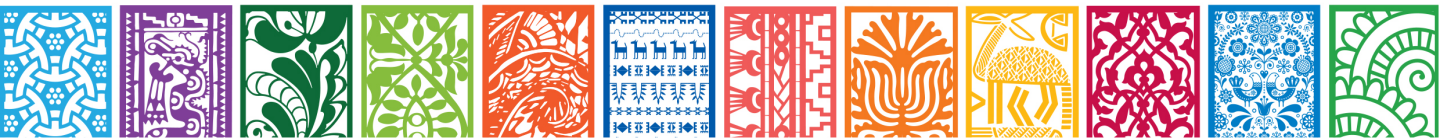
ЙОГА ДЛЯ РАСКРЫТИЯ БЕДЕР. ЗДОРОВЬЕ И ПОДВИЖНОСТЬ СУСТАВОВ.

- Около Большой деревянной сцены

17:00

ЦИГУН «УДАН ПАНЛУНМЕНЬ» «ТАЙЦЗИЦЮАНЬ» Цигун – разносторонняя система знаний и практик, направленная на укрепление физического и духовного здоровья. Зародилась она на Востоке, откуда в последние десятилетия распространилась по странам Европы и Америки.

- МРП

12:00-13:00
14:00-15:00
16:00-16:45

1

АВГУСТА
ВОСКРЕСЕНЬЕ

ПРОГРАММА ТЕМАТИЧЕСКОГО ПРАЗДНИКА

«ВЕГФЕСТ»



Уважаемые гости!

Просим Вас при посещении программы:

* соблюдать социальную дистанцию

** использовать средства индивидуальной защиты.

Количество мест ограничено - до 50 человек на каждой площадке, где не указано каких-либо других ограничений.

АНИМАЦИОННЫЕ ПРОГРАММЫ НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ

11:00-14:00
15:00-17:00

ИНТЕРАКТИВНАЯ ПРОГРАММА «ДЕТСКОЕ ПРОСТРАНСТВО» Пока родители будут заняты интереснейшими лекциями и мастер-классами, дети смогут поиграть на детских площадках, на которых будут как детские зоны для самых маленьких.

• *Малая сцена*, • *Музей русской печи*, • *Аллея скульптурных композиций*

МЕДИТАЦИИ И АКТИВНЫЙ ОТДЫХ НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ

11:00-14:00
15:00-17:00

ИГРОВАЯ ИНТЕРАКТИВНАЯ ПЛОЩАДКА «АКТИВИТИ» Здесь вы сможете принять участие в семейных играх, конкурсах и эстафетах.

• *Малая сцена*11:00-14:00
15:00-17:00

ТАНЦЕВАЛЬНАЯ ПРОГРАММА «ЭТНОЗУМБА» Приглашаем присоединиться к самому массовому уроку по этнозумбе.

• *Большая деревянная сцена*11:00-14:00
15:00-17:00

СЕМЕЙНАЯ ВИКТОРИНА ПО ЗОЖ

Мамы и папы, бабушки и дедушки, а также ребята! Приглашаем вас проверить свои знания по здоровому образу жизни на командной семейной викторине!

• *Аллея скульптурных композиций*

10:00

ПРОСТРАНСТВО МЕДИТАЦИЙ Медитация — путь к гармоничной жизни. Древние техники медитации для современной жизни.

• *справа от большой деревянной сцены*

11:00

MANTRA RELAX Отдых с мантрами.

• *справа от большой деревянной сцены*

12:00

MANTRA PRACTIKA Практическое занятие по медитации на четках. Концентрация и управление умом.

• *справа от большой деревянной сцены*

13:00

MANTRA CHILLOUT Отдых в атмосфере мантр

• *справа от большой деревянной сцены*

15:00

MANTRA DIVING Погружение в звуки йоги

• *справа от большой деревянной сцены*

13:00

ФЛЕШМОБ-ЗАБЕГ «ЯРКИЙ ОБРАЗ»

Участие в забеге, мероприятие направлено на приобщение людей разного возраста к здоровому образу жизни, общение, нахождение единомышленников.

• *Около аллеи скульптурных композиций*

16:00

ЙОГА-НИДРА. Отдых и расслабление под звуки ханга

• *справа от большой деревянной сцены*

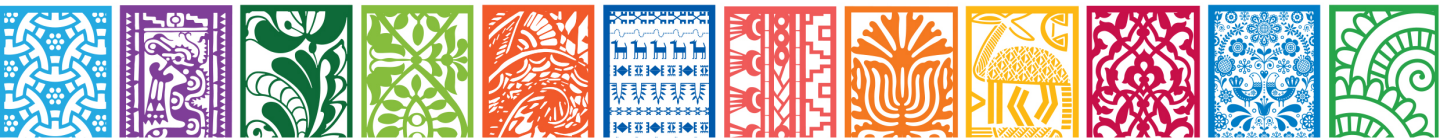
13:00-14:00

ТРЕНИНГ «РАСКРЫТИЕ ПРИРОДНОГО ГОЛОСА»

• *Малая сцена*

17:00

MANTRA DANCE Танцы под звуки йоги

• *справа от большой деревянной сцены*



МАСТЕР-КЛАССЫ, АНИМАЦИЯ - согласно требованиям по нераспространению коронавирусной инфекции, рекомендуемое количество участников на площадках - 50% от вместимости - см.ниже + обязательно МАСКА + дистанция



10:00 – 22:00

10:00-15:00_Мастерская «Народные промыслы» (отдельная плата) (до 10 чел)_____уральская изба, МРП
11:00-18:00_Мастерская в Доме США (отдельная плата)(до 10 чел)_____Дом США, павильон № 7, УМ
11:00-17:00_Мастерская по росписи медовых пряников (отдельная плата)(до 5 чел)_____Дом пасечника, МРП
11:00-12:00_«Заряжай-Ка»_____малая сцена, справа от МРП
12:30-13:30_«Ловкий мяч»_____у большой печи, МРП
13:00-17:00_«Удивительные КОТО-мастер-классы»(отдельная плата)(до 7 чел)_____Котодом «ЭтноКот»
13:45-14:45_«Цветочный букет»_____малая сцена, справа от МРП
15:00-16:00_«Легенды Китая»_____у большой печи, МРП
17:00-18:00_«Бумажная шляпка»_____малая сцена, справа от МРП
18:30-19:30_«День оленевода»_____Галерея Сибири, напротив памятника Л.Гумелеву
19:45-20:45_Настольные игры_____у большой печи, МРП
21:00-22:00_Дисотека 90-х_____Культурный Центр Индии

Без оплаты

11:00-12:00_Мастерская «Народные промыслы»: «Акила-огуречник» (до 10 чел)_____уральская изба, МРП
12:00-13:00_Мастерская «Народные промыслы»: «Сорока-ворона» (до 10 чел)_____уральская изба, МРП
16:00-17:00_Мастерская «Народные промыслы»: «Стригушка» (до 10 чел)_____уральская изба, МРП
17:00-18:00_Мастерская «Народные промыслы»: «Душистые бусики из трав» (до 10 чел)_____уральская изба, МРП



ЭКСПОЗИЦИИ, ВЫСТАВКИ, ЗООДОМА - соблюдайте правила посещения (МАСКА +дистанция+ кол-во человек)

10:00 – 22:00

10:00-22:00_«Великие люди мира», уличная галерея_____входная зона парка
10:00-22:00_«Культура. Код. Камень», уличная галерея_____территория павильона № 6
10:00-22:00_«Путешествие по России», уличная галерея_____северный фасад «Вокруг света», УМ
10:00-17:30_Музей СССР, экспозиция 50-80-х годов XX века (вход до 10 чел)_____«Центральная Азия», УМ
10:00-20:00_«Великие учителя человечества», выставка_____площадь Дружбы народов, 2-й эт., УМ
10:00-20:00_«Куклы народов мира», выставка (вход до 10 чел)_____павильон № 7 «Вокруг света», УМ
10:00-20:00_«Чайные традиции», экспозиция (вход до 5 чел)_____павильон № 7 «Вокруг света», УМ
10:00-20:00_Музей спичек (вход до 7 чел)_____павильон № 7 «Вокруг света», УМ
10:00-22:00_Музей под открытым небом _____«Парк народов Севера, Сибири и Дальнего Востока»
10:00-17:00_Питомник хаски (отдельная плата)_____этнодвор «Север, Сибирь и Дальний Восток»
10:00-17:00_ЭтноФерма (отдельная плата) (до 15 чел)_____«ЭтноФерма», парк Сибири
11:00-18:00_Зоодом «Кобры-мобры» (отдельная плата, расписание на домике)(до 10 чел)_парк Сибири
12:00-18:00_Чудесный мир пушистых котожителей (отдельная плата)(до 15 чел)_____Котодом, за Подворьем



**ЭКСКУРСИИ - согласно требованиям по нераспространению
коронавирусной инфекции, рекомендуемое количество
участников на площадках - 50% от вместимости - см.ниже +
обязательно МАСКА + дистанция *место сбора**



10:00 – 19:00

- 10:00 ____ «Путешествие по ЭТНОМИРУ» (прогулка, до 15 чел) ____ *у Дома Японии, павильон № 7, УМ
- 10:00 ____ «Культура и быт славян» (до 10 чел) ____ вологодская изба, МРП
- 10:00 ____ «Путешествие по Азии» (прогулка, до 15 чел) ____ *павильон № 4 «Гималайский дом», УМ
- 10:30 ____ «В каждой сторонке своя избенка» (прогулка, до 15 чел) ____ *у большой печи, МРП
- 11:00 ____ «Пути, дороги, тропы» (прогулка, до 15 чел) ____ *павильон № 6 «Центральная Азия», УМ
- 11:30 ____ «Связь времен» (прогулка, до 15 чел) ____ *у большой печи, МРП
- 11:30 ____ «Белорусское подворье» (до 10 чел) ____ музей «Беларусь»
- 11:30 ____ «Великий Шелковый Путь» (прогулка, до 15 чел) ____ *павильон № 6 «Центральная Азия», УМ
- 12:00 ____ «Рубель, чушка , гавка» (до 10 чел) ____ поволжская изба, МРП
- 12:00 ____ «По странам и континентам» (до 15 чел) ____ *у Дома Японии, павильон № 7, УМ
- 13:00 ____ «Мир славян» (до 10 чел) ____ смоленская изба, МРП
- 13:00 ____ «Традиции Украины» (до 10 чел) ____ музей «Украина»
- 13:00 ____ «Загадки простых вещей» (до 10 чел) ____ костромская изба, МРП
- 14:00 ____ «Печка кормит, греет, лечит» (до 10 чел) ____ вологодская изба, МРП
- 14:00 ____ «Рубель, чушка , гавка» (до 10 чел) ____ поволжская изба, МРП
- 14:30 ____ «Удивительная Индия» (до 15 чел) ____ *павильон № 4 «Гималайский дом», УМ
- 15:00 ____ «Семейный лад» (до 10 чел) ____ костромская изба, МРП
- 15:00 ____ «Традиции Украины» (до 10 чел) ____ музей «Украина»
- 15:00 ____ «Рубель, чушка , гавка» (до 10 чел) ____ поволжская изба, МРП
- 15:30 ____ «По странам и континентам» (до 10 чел) ____ *у Дома Японии, павильон № 7, УМ
- 16:30 ____ «Путешествие по ЭТНОМИРУ» (прогулка, до 15 чел) ____ *у Дома Японии, павильон № 7, УМ
- 16:30 ____ «Великие люди мира» (прогулка, до 15 чел) ____ *павильон № 6 «Центральная Азия», УМ
- 16:30 ____ «Культура и быт славян» (до 10 чел) ____ вологодская изба, МРП
- 16:30 ____ «Гарна светлица», обзор хуторов (до 10 чел) ____ музей «Украина»
- 17:00 ____ «Мир хозяйки дома» (до 15 чел) ____ изба-пятистенка, МРП
- 18:00 ____ «Хождение за три моря» (до 15 чел) ____ *павильон № 4 «Гималайский дом», УМ
- 18:00 ____ «Путешествие по ЭТНОМИРУ» (прогулка, до 15 чел) ____ *у Дома Японии, павильон № 7, УМ