



Risveglio Energetico

FELIX
HOTELS

★★★★
GALANIAS
HOTEL - BARI SARDO



Loretta Luvisetto



19 - 21 aprile 2024



Eur 360
(a persona)

Il Ritiro

Risveglio Energetico, ritiro di yoga e meditazione condotto da Loretta Luvisetto per riappropriarsi della propria energia attraverso la pratica yoga (metodo Shivananda). Loretta vi seguirà passo passo per riportare in equilibrio il vostro corpo e la vostra mente.

Il Programma

19 aprile: arrivo in hotel, cerchio di apertura. Meditazione serale.

20 aprile: mattino pratica yoga, tempo libero per massaggio Thai, pomeriggio pratica yoga, dopo cena Meditazione.

21 aprile: mattino pratica yoga. Dopo colazione cerchio di chiusura e saluti.

I Prezzi

Camera doppia - Euro 360 a persona

Include: ritiro yoga con 1 massaggio thai da 30', sistemazione in Camera doppia, trattamento di mezza pensione, utilizzo materiale yoga (materassini, cuscini da meditazione, blocchi, cinture, coperte).

Camera doppia uso singola - Euro 465 a persona

Include: ritiro yoga con massaggio thai da 30', sistemazione in Camera doppia uso singola, trattamento in mezza pensione, utilizzo materiale yoga (materassini, cuscini da meditazione, blocchi, cinture, coperte).