

ABBRACCIO D'AMORE CON LA MADRE TERRA

*Ritiro in natura con Yoga, Meditazione, Aromaterapia
Musica Medicina e Cerimonie sciamaniche*



INFO E PRENOTAZIONI

**POSTI
LIMITATI!**

LUGLIO
23-26

Organizzatori

Rosella Rasori - I Segreti delle Erbe

Silvia Costarella e Toti Salemi - Estilo Verde

Contatto: Cell. 3396082966 info@isegretidellerbe.it

Luogo: Netro, Regione Arbonino (Biella), Piemonte

ATTIVITA' DEL RITIRO IN NATURA

YOGA

AROMA
THERAPY

BAGNO
DI
BOSCO

CERIMONIE
NELLA
NATURA

MUSICA

MEDITAZIONE

PROGRAMMA

ABBRACCIO D'AMORE CON LA MADRE TERRA

GIOV 23	YOGA ELEMENTO TERRA	MEDITAZIONE: ABBONDANZA E GRATITUDINE	ALLA SCOPERTA DELLE ERBE	CERIMONIA DEL CACAO
VEN 24	YOGA ELEMENTO ACQUA	IL FLUSSO DELLA MEDITAZIONE	AROMATERAPIA: ACQUE CHE CURANO	CERIMONIA DELL'ACQUA
SAB 25	YOGA ELEMENTO FUOCO	MEDITAZIONE: AUTOSTIMA E VALORE PERSONALE	SHINRIN-YOKU: BAGNO DI BOSCO	CERIMONIA DEL FUOCO
DOM 26	YOGA ELEMENTO ARIA	MEDITAZIONE: IL POTERE DELLA VOCE	MINDFULNESS: LA VOCE DELLE PIANTE	BAGNO SONORO ----- CERCHIO DI CHIUSURA

PIÙ DI 20 ORE DI ATTIVITÀ IN 4 GIORNI DI RITIRO INTENSIVO!

**OGNI GIORNATA SI APRIRÀ LA MATTINA CON LO YOGA ALLE 9
E SI CONCLUDERÀ CON LA CERIMONIA DI CHIUSURA ALLE 19.30**

TARIFFE

RITIRO ABBRACCIO D'AMORE CON LA MADRE TERRA

**PACCHETTO 4 GIORNI
TUTTO INCLUSO**

399€





-  TUTTE LE ATTIVITÀ DEL RITIRO (4 INCONTRI AL GIORNO)
-  CAMPING NELLA NATURA IN TENDA PROPRIA
(SERVIZI IGIENICI E DOCCIA CALDA)
-  BRUNCH E CENE VEGETARIANE/VEGANE

**PACCHETTO 4 GIORNI
SOLO ATTIVITÀ E BRUNCH**

345€

**PRENOTANDO PRIMA DEL 10 LUGLIO
SCONTO PROMOZIONALE DEL 5%**

COME PRENOTARE?

-  **SCRIVICI PER EMAIL**
-  **COMPILA IL QUESTIONARIO ONLINE CHE TI VERRÀ INVIATO**
-  **ASPETTA LA NOSTRA CONFERMA DI DISPONIBILITÀ**
-  **PRENOTA EFFETTUANDO UN BONIFICO CON IL DEPOSITO DEL 50% DEL VALORE**



info@isegretidellerbe.it

info@estilo-verde.com



Rosi 3396082966

**PRENOTANDO PRIMA DEL 10 LUGLIO
SCONTO PROMOZIONALE DEL 5%**

DOMANDE FREQUENTI

IL RITIRO È ADATTO AI PRINCIPIANTI?

Certo! Abbiamo pensato a un gruppo piccolo proprio per venire incontro alle necessità di ognuno.

Il nostro obiettivo è che tu possa migliorare rispettando i tuoi tempi e sempre sentendoti a tuo agio.

QUALE SARÀ IL NUMERO MASSIMO DI PARTECIPANTI?

Per questo ritiro abbiamo pensato a un massimo di 5-6 persone in modo da garantire le misure preventive raccomandate per questo periodo.

SONO AMMESSI BAMBINI?

Per motivi organizzativi il ritiro si rivolge solo a persone adulte. L'accesso agli spazi sarà consentito solo ai partecipanti.

SONO AMMESSI ANIMALI?

Per motivi organizzativi il ritiro non ammette animali domestici.

COSA DEVO PORTARE?

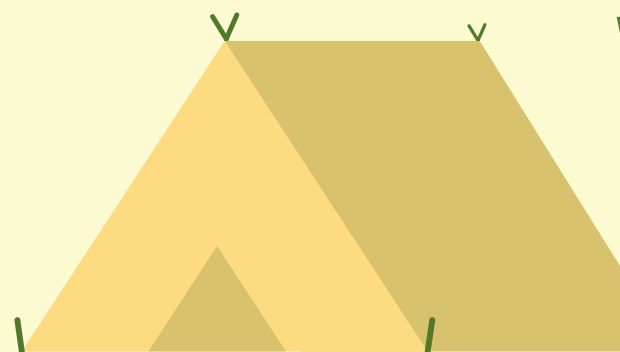
Ricorda di portare vestiti comodi, scarpe comode per camminare, il tuo tappetino ed eventuali supporti per praticare Yoga (blocchi, cintura). Se pernoverai con la tua tenda sarà necessario l'occorrente per dormire e l'igiene personale.

E SE HO DELLE ESIGENZE ALIMENTARI SPECIALI?

Serviamo pasti vegetariani e vegani molto salutari. In caso di intolleranza o esigenza particolare (diabete, intolleranza al glutine o ai latticini, etc) tienici informati per offrirti delle valide alternative.

OPZIONI ALLOGGIO

CAMPEGGIO IN TENDA PROPRIA



STRUTTURE RICETTIVE IN ZONA

"La coccinella" B&B Casale Gripagli 17 - Graglia (BI)
tel. 015.63236 - 333.6477016 www.cucinanatura.it
(è un B&B biologico ed ecologico) a 8 minuti



"La Bossola" Albergo, Ristorante, Centro relax e benessere
Regione Bossola, 13 - Netro (BI)
tel.015.442291 www.labossola.com
(mangiare tipico e Spa) a 20 minuti

HATHA YOGA CON GLI ELEMENTI

GESTIONE CONSAPEVOLE
DELLE EMOZIONI

SILVIA COSTARELLA

Verrai guidato in un processo di
connessione con la Madre Terra e
con il cuore cristallino
attraverso
il movimento organico del corpo

*Insegnante certificata di Hatha Yoga, Yoga Aereo e Yoga
Miofasciale. Facilitatrice di ritiri di yoga e mindfulness.*



MEDITAZIONE E MUSICA MEDICINA

HANDPAN MUSIC

TOTI SALEMI

Imparerai delle efficaci tecniche di rilassamento e verrai guidato attraverso delle profonde meditazioni ed esperienze di consapevolezza nella natura

*Insegnante di Meditazione e Sonoterapia.
Facilitatore di ritiri di meditazione e di sound healing.*



AROMATERAPIA

CERIMONIE SCIAMANICHE

ROSELLA RASORI

Verrai guidato nel sentire
l'interconnessione
tra il genere umano, la Natura e
lo Spirito attraverso
lo spazio sacro delle cerimonie



Naturopata, Master Reiki ed esperta distillatrice di piante medicinali. Facilitatrice di corsi esperienziali di aromaterapia, guarigione energetica e riconoscimento delle erbe spontanee.

