

# YOGA A CAMPODOLCINO (SO)

AHIMSA - LA NON VIOLENZA

TRATTIAMOCI CON DOLCEZZA PER FARE EMERGERE I NOSTRI TALENTI

Venerdì 19 Giugno (sera) - Domenica 21 Giugno (primo pomeriggio)



Vieni a trascorrere un fine settimana con noi per rigenerarti nella natura

praticando **yoga** e **meditazione**.

Passeggiare e riposare, stare in silenzio o fare incontri.

Ci nutriremo delle energie del luogo, delle pratiche e di un'ottima e gustosa cucina del ristorante Ca'De Val.

*Giornata tipo:*

- *Mattino:* meditazione dinamica e pratica energizzante
- *Pomeriggio:* piccola escursione con momenti di pratica all'aperto
  - *Sera:* pratica yoga calmante e meditativa

**Prenotazioni entro il 17 Maggio 2015**

Per **info:** Gabriella Monti 334 8742176 [cordelibere@yahoo.it](mailto:cordelibere@yahoo.it)

Tiziana Brignoli 335 8377293 [viniyogat@gmail.com](mailto:viniyogat@gmail.com)