



RITIRO di YOGA ACCESSIBILE

ROSETO DEGLI ABRUZZI (TE) • 3 / 5 maggio 2024

Dove

- Villaggio 'Lido d'Abruzzo'. **Clicca [QUI](#) per conoscere meglio il luogo.**

Quando

- dalle 15:30 di venerdì 3 maggio al pranzo (incluso) di domenica 5 maggio.

Perchè

Un tempo prezioso per rilassarti in Natura, meditare, praticare e lasciarti ispirare.

Un tempo prezioso per riconnetterti con chi sei e con l'essenza dello Yoga.

Un tempo prezioso per realizzare quanto lo Yoga ti porti al tuo interno per connetterti poi con l'umanità intera.

Un tempo prezioso per gli insegnanti Yoga che potranno immergersi (o re-immersersi) nel mare dei principi ispirativi e della pratica dello Yoga Accessibile.

Clicca [QUI](#) per sapere di più dello Yoga Accessibile

Cosa

- Meditazioni di fronte al mare e in pineta
- Pratiche di Yoga Accessibile su tappetino e sedia (tutti i livelli)
- Rilassamenti guidati
- Approfondimenti
- Conversazioni ispirative
- Tempo libero in Natura.

Clicca [QUI](#) per il Programma giornaliero delle attività e i contenuti.

Per chi

- Chiunque, praticanti Yoga e non praticanti, familiari e amici.

In che lingua

- Inglese con traduzione italiana con auricolari (si prega gentilmente di dotarsene).

A guidare il Ritiro

- Jivana Heyman, Fondatore di Accessible Yoga, autore dei libri *Accessible Yoga*, *Yoga Revolution*, *The Teachers' Guide to Accessible Yoga*.
- Alessandra Uma Cocchi, Formatrice di Yoga Accessibile in Europa e Yogaterapista.

Quote di Partecipazione

Clicca [QUI](#) per il prospetto delle quote.

Attenzione: Quote agevolate entro il 15 aprile!

Familiari, amici e accompagnatori non interessati al programma del Ritiro pagheranno il solo vitto e alloggio.

Come iscriversi

Clicca [QUI](#) per essere guidato nella procedura d'iscrizione.