

Sabato 21 e Domenica 22 Maggio

Il Centro Yoga Nataraja in collaborazione con l'Associazione Yoga Ganesh organizza presso l'Agriturismo Pianconvento, a Bagno di Romagna, **due giornate dedicate allo Yoga.**

Asana, Pranayama, Meditazione, rilassanti passeggiate nei dintorni dell'Agriturismo, situato ai piedi di un suggestivo bosco di pino nero e circondato da pascolo e campi di grano ed erba medica, ottima cucina vegetariana e vegana, realizzata con prodotti biologici e locali.

Due giorni lontani dalla confusione e dagli impegni quotidiani, per ritrovare equilibrio fra mente, corpo e cuore.

Il ritiro è **aperto a tutti**, a chi già vive lo yoga e a chi sente che sia giunto il momento di avvicinarsi a questa splendida pratica.

La pratica sarà condotta da Lisa Ghezzi, Simona Bianco e Alessandra Tagliaferri.

Programma:

Sabato:

ore 9.00 arrivo all'Agriturismo
ore 10.00 - 12.00 Pratica
Pranzo e Passeggiata
ore 16.00 - 18.30 Pratica
Cena e camminata sotto le stelle

Domenica:

Colazione
9.30 - 12.00 Pratica
Pranzo



Il costo è di € 150.00 e comprende:

- il Seminario nella splendida sala di 80mq realizzata in bioarchitettura
- il pernottamento e colazione
- pranzo del sabato e della domenica
- la cena del sabato
- durante la giornata vi saranno a disposizione tisane e torte

Il costo per gli accompagnatori è di € 100.00

Occorre dare conferma della propria partecipazione entro il 30 aprile, e versare un anticipo di €50

Per maggiori informazioni telefonare a Simona 347 2605 804, Lisa 349 2615 987, Alessandra 347 848 3395 o inviare una mail a corsi@yoga-forli-nataraja.com

Agriturismo Pianconvento, Monteguidi, Bagno di Romagna: www.pianconvento.it/