



Detox e riequilibrio energetico nella campagna bolognese

Bologna | 23-25 settembre 2016

Prepariamo il nostro corpo e il nostro spirito a entrare in armonia con la stagione autunnale.

Un percorso di disintossicazione e riequilibrio energetico immersi nella natura, dove yoga, esercizi energetici, Qi Gong, massaggio ayurvedico e meditazione faranno parte del programma condotto dalla terapeuta olistica Laura Calanchini.

Programma di massima:

Durata: **3 giorni / 2 notti**

- Programma di disintossicazione alimentare
- Esercizi di respirazione
- Esercizi di rilassamento
- Camminata ecologica
- Qi Gong (esercizi energetici cinesi)
- Meditazione guidata
- Camminata ecologica

Maggiori dettagli verranno forniti al momento della prenotazione

Costo: € 349,00

COSA COMPRENDE:

Soggiorno in pensione completa e tutte le attività sopra indicate.

**Ci accompagnerà Laura Calanchini
terapeuta olistica specializzata in
Ayurveda, Yogaterapia
e tecniche energetiche.**

Laura ha preparato un programma che invita i partecipanti a fare una pausa e ascoltare il loro corpo per entrare in contatto con la propria energia, disintossicarsi e affrontare la nuova stagione rinnovati e energizzati.



INFO e ACQUISTO PACCHETTO:

www.destinazioneumana.it/viaggi

338 263 8522 | info@destinazioneumana.it