

## LA CASELLA - ANTICO FEUDO DI CAMPAGNA

## NEWSLETTER

EDIZIONE BENESSERE

I prossimi eventi in calendario



## Yoga in famiglia

20-23 Giugno

A giugno YogAyur propone uno speciale Ritiro Yoga formato family, aperto a famiglie o singoli genitori con figli: dedicati all'avventura, alla scoperta e ad attività ludiche che vedranno bambini e genitori divertirsi a contatto con la natura. | A cura di Federico.



## Yoga e Shiatsu

19-21 Luglio

Ritiro di Yoga con trattamento shiatsu masunaga. Unisciti a noi per un evento unico dedicato al benessere del corpo e della mente! Potrai scoprire i benefici di queste antiche pratiche orientali. Rilassati, riequilibra la tua energia e goditi un momento di pace interiore. | A cura di Adele.



## Da voce alla tua essenza

3-8 Settembre

Esplora le pratiche dello yoga per l'allineamento, il radicamento e la respirazione. Unisciti a noi mentre fondiamo il soul flowtoning e il canto con le antiche tecniche yogiche. Trova l'equilibrio tra corpo e spirito, lasciando che la tua voce si unisca al flusso dell'anima in un'armonia vibrante. | A cura di Hildur e Sólrún.

Per info e prenotazioni: [info@lacasella.it](mailto:info@lacasella.it) | Whatsapp +39 3505281717