

PROGRAMMA

Lunedì 2 luglio

dalla ore 10 alle 10,30 Accoglienza
ore 11 Yoga della Risata
ore 12,30 Pranzo
ore 15,30 / 16,30 Presentazione vacanza e realizzazione vasetto delle emozioni
dalle 16,30 / 19,00 Pomeriggio libero (piscina, wellness, passeggiate,etc)
ore 19,30 Cena
dalle 21,00 alle 22 - Meditazione con il vasetto delle emozioni

Martedì 3 luglio

ore 8 Yoga della risata
ore 8,30/9,30 Colazione
ore 9,30 /12,00 Lavoro di armonizzazione con i regni (minerale, vegetale, animale) e gli elementi - Lavoro del giorno: Regno minerale
ore 12,30 Pranzo
Pomeriggio libero (piscina, wellness, passeggiate,etc)
ore 12,30 Pranzo
dalle 21,00 alle 22 - La buonanotte della vacanza dell'anima

Mercoledì 4 luglio

ore 8 Yoga della risata
ore 8,30/9,30 Colazione
ore 9,30 /12,00 Lavoro di armonizzazione con i regni vegetale e gli elementi - Lavoro del giorno: Regno vegetale
ore 12,30 Pranzo
Pomeriggio libero (piscina, wellness, passeggiate,etc)
dalle 21,00 alle 22 - La buonanotte della vacanza dell'anima

Giovedì 5 luglio

ore 8 Yoga della risata
ore 8,30/9,30 Colazione
ore 9,30 /12,00 Lavoro di armonizzazione con il regno animale e gli elementi - Lavoro del giorno: Regno animale
ore 12,30 Pranzo
Pomeriggio libero (piscina, wellness, passeggiate,etc)
dalle 21,00 alle 22 - La buonanotte della vacanza dell'anima

Venerdì 6 luglio

ore 8 Yoga della risata
ore 8,30/9,30 Colazione
ore 9,30 /12,30 Prendiamo contatto con l'elemento acqua. Espressione delle emozioni attraverso il mandala
ore 12,30 Pranzo
Pomeriggio libero (piscina, wellness, passeggiate,etc)
dalle 21,00 alle 22 - La buonanotte della vacanza dell'anima

Sabato 7 luglio

ore 8 Yoga della risata
ore 8,30/9,30 Colazione
ore 9,30 /12,30 Desidero e realizzo attraverso gli elementi
ore 12,30 Pranzo
Pomeriggio libero (piscina, wellness, passeggiate,etc)
dalle 21,00 alle 22 - Risvegliamo la passione per la vita attraverso l'elemento fuoco

Domenica 8 luglio

ore 8 Yoga della risata
ore 8,30/9,30 Colazione
ore 9,30 /12,30 Prendersi cura di se attraverso gli elementi
ore 12,30 Pranzo
Pomeriggio libero (piscina, wellness, passeggiate,etc)