

RESIDENZIALE DI HATHA YOGA

con Simona Ramazzotti



PRESSO CENTRO DELLA TERRA - DA VENERDÌ 7 A DOMENICA 9 NOVEMBRE 2025

Da venerdì pomeriggio a domenica **seminario d'autunno**: due giorni e mezzo di **asana, pranayama e meditazione** in un grande casolare immerso in una natura intensa.

Saremo ospiti presso **Centro della terra** www.nabhi.it a **Castel di Casio**, Appennino Tosco-Emiliano. Un luogo incontaminato, silenzioso e appartato.

Il seminario è **aperto a tutti i praticanti di hatha yoga** che vogliono praticare e approfondire posizioni, pratiche respiratorie e meditative.

ORARI

Arrivo: venerdì 7 novembre fra le ore 16 e le 17.

Termine: domenica 9 novembre alle ore 18.

COSTI

Vitto e alloggio: €140 (include due pernottamenti e tutti i pasti dalla cena di venerdì al pranzo di domenica). Sistemazione in camere da 4 o 5 posti con bagno.

Ottima cucina vegetariana. In caso di problematiche alimentari, comunicarlo all'iscrizione.

Seminario yoga: €140.

PRENOTAZIONI

Prenotazione entro il 10 settembre con acconto di €140. In caso di mancata partecipazione, l'acconto non potrà essere restituito. Saldo €140 entro il 25 ottobre.

Il seminario si tiene con min 10 - max 16 partecipanti.

Possibilità di un passaggio per chi non avesse auto propria o volesse condividere il viaggio.

INFORMAZIONI E ISCRIZIONE

Simona Ramazzotti

E-mail: sramazzotti.sr@gmail.com

Telefono: 3389385521

