

28 GIUGNO/1 LUGLIO 2024

EMPATIA E YOGA IYENGAR A PORTO S. STEFANO

(Empatia ispirata alla Comunicazione Non Violenta di M. Rosenberg)

Con Giovanna Carrassi e Giovanna Nazzaro



Luogo: Villa a P. Santo Stefano (Monte Argentario, Gr) con terrazza vista mare

Orari: da sabato 29 Giugno ore 10,30 a lunedì 1 Luglio ore 16,30

Cosa Portare: 1 Tappetino antiscivolo, 2 mattoncini yoga e 1 cintura

Vitto: Per le colazioni, i pranzi e le cene divideremo la spesa e cucineremo insieme

Alloggio: All'interno della Villa sono disponibili pochi posti a costi amichevoli, oppure in B&B vicini

Costo: Seminario 200 euro

Iscrizione: entro 15 Giugno

Info e prenotazioni

Giovanna Carrassi: 347 4851427, carrassigiovanna@gmail.com

Giovanna Nazzaro: 3381074784, albero.roma@gmail.com