

Tenuta Il Cicalino



Weekend - Yoga con Raffaella del Turco 15-16 ottobre 2022



Tenuta Il Cicalino



Location
Weekend
Insegnate HATHA
YOGA

Tenuta Il Cicalino – Massa Marittima

15-16 ottobre 2022

Raffaella Del Turco

Sabato 15 Ottobre – ore 16:00 consegna camere***

17:30/19:30 Yoga ascolto respiro e Meditazione Trataka

20:30 cena

Domenica 16 Ottobre

07:00/08:00 pratica 5' Tibetani

08:00 colazione - 10:30/13:00 pratica Hatha Yoga
con piscina + rilassamento Yoga Nidra

13:15 Pranzo e saluti

10 partecipanti max.

Partecipanti

***190 € / persona in stanza doppia con bagno condiviso**

Prezzo

***210 € / persona in stanza singola con bagno condiviso**

***225 € / persona in stanza singola con bagno**



Raffaella Del Turco : fondatrice del progetto Viaggio Yoga by Respiro Yoga. Insegnante di Hatha Yoga, sorridente e solare, ama tutto ciò che si occupa della cura del corpo e della mente. Pratica Hatha Yoga dall'età di 18 anni, con l'insegnante Silvia Barbieri, Certificato per l'insegnamento, con l'insegnante Grazia Magista, di Hatha Yoga RYT 500 (registrata presso Yoga Alliance), tiene corsi e lezioni di Hatha Yoga, fra Umbria e Toscana

*Comprende pernottamento in appartamento, tassa di soggiorno, colazione, cena e pranzo (NON sono incluse le bevande), utilizzo SPA, piscina e attività yoga. A richiesta noleggio bike/ e-bike al costo di 15€uro.

Pagamento dell' intero importo al momento della prenotazione.

*** gli ospiti possono arrivare anche prima delle ore 16.00 ed usufruire dei servizi della struttura (piscina indoor gratuita – sauna e jacuzzi su prenotazione gratuita, palestra su prenotazione gratuita); ristorante su prenotazione fino alle ore 14.00.



Tenuta Il Cicalino

