

Workshop al Mare

07-14 settembre 2025

Nel Parco Nazionale del Cilento



WORKSHOP AL MARE (7gg)

Riequilibrio dei Chakra & Oli Essenziali.

Sai che ci sono 7 centri energetici che determinano il tuo benessere psico-fisico e che si trovano lungo la tua colonna vertebrale? **I chakra sono un sapere antico comune a molte discipline olistiche.**

Si possono riequilibrare grazie alle Asana dello yoga, grazie ad alcuni suoni specifici, grazie a visualizzazioni creative e anche grazie all'immenso potere degli oli essenziali. Gli oli essenziali sono il sistema immunitario delle piante e per questo interagiscono in modo positivo con il nostro corpo.

Prenditi una settimana tutta per te, immersi nella natura del Cilento, al mare, in relax e armonia interiore.

Durante questo workshop unico parleremo di chakra ed energie sottili, praticheremo yoga per il riequilibrio energetico e andremo ad incontrare gli oli essenziali più adatti.

Un viaggio profondo tra corpo, mente e spirito... con i piedi nella sabbia

Conduce:

Elisa Masino, life coach, esperta di aromaterapia.

Luana Gentile insegnante di Yoga e consulente del benessere doTERRA

Dove: direttamente sul mare contornati dagli splendidi panorami di Palinuro

Per chi: per mamme con o senza bambini, e per tutti coloro che desiderano ritrovare parti di sé

Quando: la settimana dal 7 al 14 settembre 2025

Workshop al Mare



SOGGIORNO

6 NOTTI 7 GIORNI

07-14 settembre 2025



TRATTAMENTO: Pensione completa

QUOTA ADULTO : € 600,00

QUOTAZIONE BAMBINI : 00-04 ANNI FREE - 04-07 ANNI € 210,00 - 07-12 ANNI € 280,00
(gli anni si intendono compiuti e devono essere attestati da documento di identità)

SUPPLEMENTO SINGOLA : € 100,00

A partecipante (ADULTO): la quota comprende già il seminario che si svolgerà in due appuntamenti giornalieri di un ora e mezza per ogni appuntamento

SU RICHIESTA POSSIBILITA' DI RICHIEDERE IL SOGGIORNO PER 5 NOTTI DAL 07 AL 12 SETTEMBRE

L'OFFERTA riservata comprende:

- Camere doppie, triple, quaduple e singole con aria condizionata e tv e patio con cucina.
- Pensione completa con menù a scelta compreso di acqua/vino e bibite. Servizio al Buffet nella nostra sala interna.
- Colazione continentale a buffet. Su richiesta menù per celiaci, vegani e vegetariani (senza costi aggiuntivi)
- Servizio pulizia camera giornaliero e cambio asciugamani (giorni alterni)
- Wi-Fi anche in camera
- Aerea Wellness con idromassaggio sul mare
- Laboratori Olistici e lezioni di Yoga/Pilates
- Piscina panoramica
- Teatro
- Palestra e Campi per attività sportive
- A disposizione 1 Sala vista mare per le nostre attività.
- A disposizione 1 Sala vista mare per attività di gioco alle carte e proiezioni con maxischermo
- Attività con animazione diurne e serali
- Piano Bar con musica dal vivo
- Spettacoli 3 volte alla settimana con ospiti esterni (comici, mentalist/magia, musical)

POSSIBILITÀ VIAGGIO CON TRENO ALTA VELOCITÀ fino a Pisciotta/Palinuro più transfer con navetta del RESORT (4 km distanza).

ADESIONE ENTRO E NON OLTRE IL 31/07/2025

PER INFO E PRENOTAZIONI: Claudia o Silvana 3939245113 - 0974/976079

info@baiadelsilenzio.it - www.baiadelsilenzio.it