

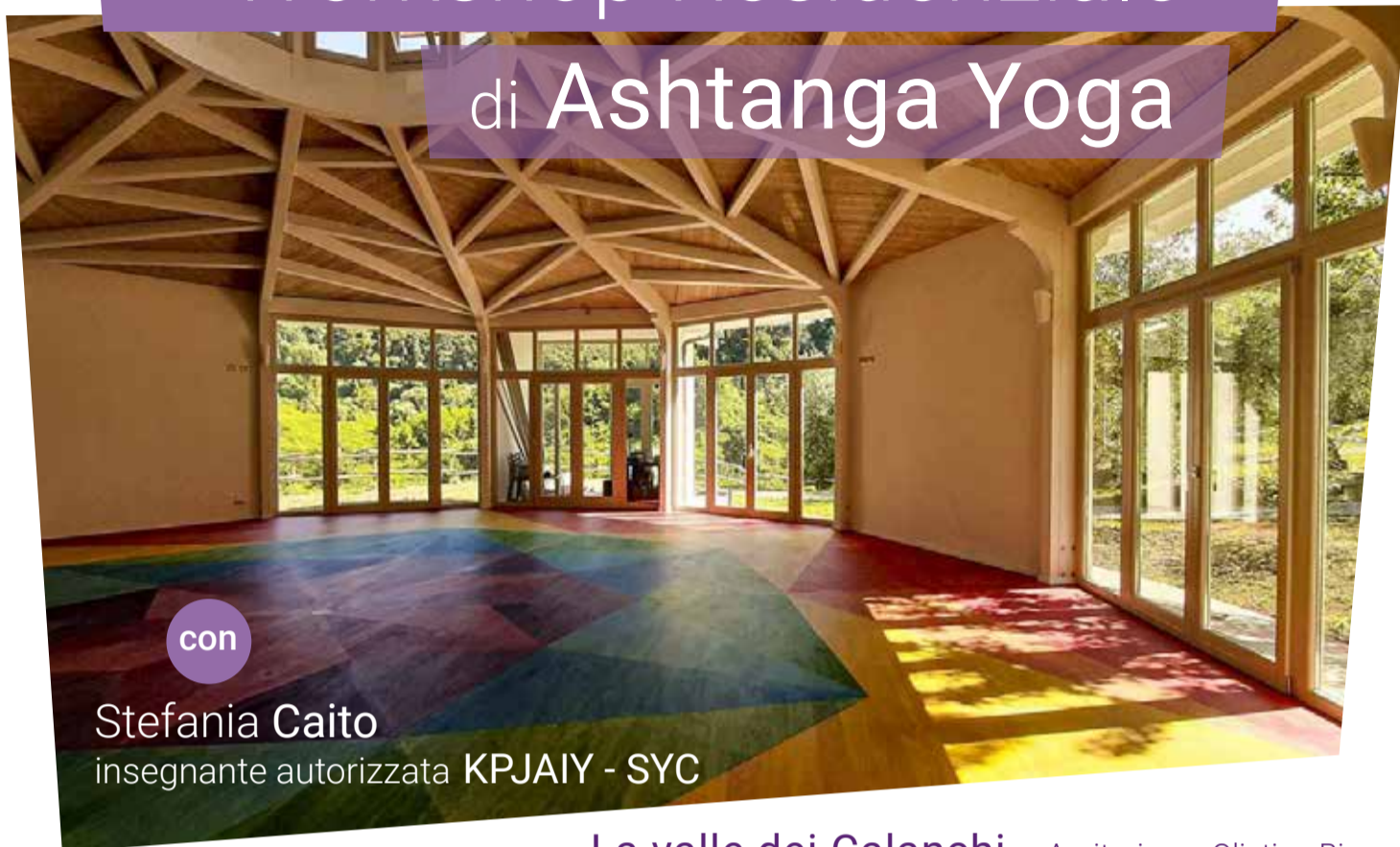


Ashtanga Shala Roma

22 / 23 / 24 / 25 Aprile 2022

Workshop Residenziale

di Ashtanga Yoga



con

Stefania Caito

insegnante autorizzata KPJAIY - SYC

La valle dei Calanchi - Agriturismo Olistico Bio
(Castiglione in Teverino - VT)

Programma

Venerdì 22 pomeriggio / sera Arrivo / Sistemazione / Cena di Benvenuto

Sabato 23

ore 8.00 Pratica Mysore Style *
ore 9.30 Pratica Guidata per Principianti *
ore 10.30 / 11.00 Brunch
16.00: Sessione di Approfondimento *
ore 19.00 Cena

Domenica 24

ore 8.00 Pratica Mysore Style *
ore 9.30 Pratica Guidata per Principianti *
ore 10.30 / 11.00 Brunch
16.00: Sessione di Approfondimento *
ore 19.00 Cena

Lunedì 25

ore 8.00 Pratica Mysore Style *
ore 9.30 Pratica Guidata per Principianti *
ore 10.30 / 11.00 Brunch
Partenza dopo il brunch

* L'Orario d'inizio e fine pratica potrebbe subire variazioni a seconda del numero dei partecipanti

www.valledeicalanchi.com



I Pasti sono vegani / vegetariani biologici , km 0, omeodinamici .
Tutti gli alloggi sono dotati di bagno privato e spazio esterno privato. Uso cucina incluso e Wi-fi.

Posti limitati

Info costi e prenotazioni: +39 347 108 48 18 (Stefania) - stefaniacaito@gmail.com

<http://www.ashtangashalaroma.com/>