

ATMAN FORLIMPOPOLI/ATMANYOGA CESENA

5/6 NOVEMBRE 2011

Yoga in Montagna

RIPETEREMO L'ESPERIENZA DI ANNO SCORSO A
VILLAGRANDE/MONTECOPPIOLO

La zona è quella della Carpegna vicino a San Leo
Presso l'albergo "Parco del Lago" (vedi sito)

IL PROGRAMMA SI SVILUPPERA' COME SEMPRE DA SABATO
MATTINA, CON LA POSSIBILITA' DI ARRIVARE ANCHE SABATO
POMERIGGIO:

SABATO ORE 8.00 RITROVO PRESSO LA PALESTRA E

PARTENZA CON I PROPI MEZZI. ORE 10.15 LEZIONE YOGA CON
ODETTE

Ore 12,45 PRANZO E PRIMA PICCOLA ESCURSIONE DELLA ZONA
O CENTRO BENESSERE. ORE 17,00 LEZIONE CON FULVIO.
CENA E PASSEGGIATA NOTTURNA

DOMENICA ORE 8.15 LEZIONE YOGA

ORE 9,30 COLAZIONE E PARTENZA PER ESCURSIONE LUNGA
CON LA GUIDA "CARLA", ESPERTA DI PIANTE E FUNGHI.

OPPURE CENTRO BENESSERE. ORE 13.15 PRANZO E
POSSIBILITA' DI UTILIZZARE ANCHE NEL POMERIGGIO IL
CENTRO BENESSERE.

QUOTA DI PARTECIPAZIONE: DA SABATO MATTINA(1 GIORNATA PENSIONE
COMPLETA,BEVANDE INCLUSE, + IL PRANZO DI SABATO+ 3 LEZIONI DI YOGA) €
120,00

DA SABATO POMERIGGIO(1 GIORNATA PENSIONE COMPLETA, BEVANDE INCLUSE+
2 LEZIONE YOGA) €90,00. UTILIZZO CENTRO BENESSERE €15,00 OGNI MEZZA
GIORNATA