



YOGA E MARE

YOGA, ENERGIA, RILASSAMENTO E POTENZIAMENTO... DEL FISICO E DEL MENTALE

Le vacanze estive sono un momento di pausa, di riflessione e di ricarica.

Alcuni si tuffano nel caos rumoroso dei villaggi vacanze cercando il divertimento nel gruppo, nel branco. Altri si cimentano in scalate o traversate solitarie alla ricerca di silenzi assoluti. E poi ancora c'è chi ricerca il riposo a ogni costo; oppure chi è attratto da esperienze e sport estremi e se rimane anche solo cinque minuti con i piedi per terra si sente già preso dalla noia.

E ognuno trova quello che cerca, ricrearsi emotivamente e ricaricarsi di energia nel modo migliore per riuscire ad affrontare un anno di duro e stressante lavoro.

E poi.... ci sono coloro che vogliono fare una vacanza costruttiva e utile oltre che rilassante e divertente ed è appunto una vacanza così offriamo.

Una vacanza diversa, costruttiva... utilizzando la pausa estiva per un programma di Yoga e Natura e Mare... Pratiche Yoga. imparare a respirare correttamente, a rilassarsi, a potenziare il proprio corpo e la propria mente.....

E il luogo....????

Quale poteva essere per avere ambedue le cose: silenzio introspettivo e divertimento?

Le vaste spiagge rosa e desertiche di Punta Sabbioni con le sue pinete che occultano i vari resort dando un aspetto isolato delle più rinomate località esotiche....e a soli 20 minuti di battello dalla frenetica Venezia....

Che si vuole di più?

Una località che ha il sapore di spiagge esotiche e isolate...a due passi dalla splendida Venezia.

Una vacanza insolita, diversa, costruttiva... per approfondire lo yoga e nel contempo godersi il mare, la spiaggia finissima e le serate divertenti.

Sono stati infatti istituiti due programmi con orari studiati per un percorso istruttivo ma anche molto molto molto piacevole....

ORARI:

Le lezioni iniziano alle 06.30 fino alle 08.30

Prima colazione e tempo libero

Pranzo alle 12.00

Pomeriggio lezioni di Yoga orario da concordare con il gruppo

Cena e serata Libera

Per info 338 3116126 02 89150917

secretariat@confederazioneyoga.it

Come raggiungere il luogo



A pochi minuti da Venezia, sul mare dove la natura è ancora protagonista, sorge L'Holiday Center Valdor immerso nel verde e lontano dai rumori e dal traffico. Habitat naturale, ideale per vacanze in piena libertà con relax, sport, piscine, sauna, massaggi, spiaggia privata, animazione, serate danzanti, giochi, escursioni, cultura. Grazie alla sua comodità può offrire contemporaneamente il mare, la campagna, la città di Venezia, le isole della laguna veneta.

secretariat@confederazioneyoga.it

C.U.I.D.Y. Confederazione Ufficiale Italiana Di Yoga,
Via Teramo 5 - 20142 Milano - Italia

Tel. + 39 02 89150917 - + 39 02 89190884

mobile + 39 338 3116126

secretariat@confederazioneyoga.it

info@theworldcommunity.com

<http://www.worldyogayurveda.net>

<http://www.suryanagara.it>

<http://www.theworldcommunity.it>