



• **TECNICA ALEXANDER** •
• **YOGA & AYURVEDA** • **METODO FELDENKRAIS** •
SEMINARIO IN TOSCANA

**ESPLORIAMO TRE APPROCCI UNICI AL
BENESSERE PSICOFISICO**
PRESSO LA MERAVIGLIOSA VILLA DUCCI
DAL 4 AL 9 LUGLIO, 2022

6 GIORNI MAGICI - | 6 INSEGNANTI SPECIALI

Unisciti a noi nell'esplorazione di tre percorsi di apprendimento specifici,
per integrare l'intelligenza della mente, del corpo e delle emozioni.

Chiunque stia leggendo questo volantino deve aver sognato, ad un certo punto della sua vita, di visitare la Toscana...

Immergersi nella splendida atmosfera di sole, cibo eccellente e ottimo vino, passeggiando per i vicoli di una città storica, o semplicemente seduti in un piccolo caffè, circondati dallo spirito delle persone del posto.

Qualunque sia il tuo livello di interesse per la Tecnica Alexander, il Metodo Feldenkrais o lo Yoga/Ayurveda, ti invitiamo a partecipare e ad imparare nella magica cornice Toscana.

Quota di iscrizione: € 1.475

Prenotazione anticipata (entro 20 Maggio 2022): € 1.350

Vieni, lasciati ispirare e rigenerare! È un'esperienza per tutti.

*La quota comprende: Gruppo di lavoro giornaliero,
3 lezioni individuali di Tecnica Alexander, Yoga mattutino, lezioni speciali di Tecnica Alexander quotidiane, lezioni di Consapevolezza Attraverso il Movimento, lezioni di Ayurveda.
Maggiori informazioni e registrazione: www.lexandertechniqueretreats.com*

INSEGNANTI

Michael D. Frederick

Carol P. Prentice

John Baron

Paolo Frigoli

John Nicholls

Sabine Pfeffer

