

WEEK END BENESSERE TOSCANA

13 - 14 - 15 maggio 2022



Orari attività: sabato ore 14.30 - 17.30 - Domenica: 10:00 - 13:00
Tempo libero con possibilità di passeggiate, visitare Arezzo, riposarsi, ricevere un trattamento individuale, chiacchierare, godersi il paesaggio...



RIGENERARSI, RECUPERANDO
l'ASCOLTO di SE', ATTRAVERSO
la PERCEZIONE del NOSTRO
CORPO, la RELAZIONE con la
NATURA
e con gli altri

Rilassamento guidato
Esercizi di respirazione
MAKKO-HO e stretching
Self-shiatsu e con-tatto
Mindfulness
Espressione creativa

B&B Lavanda e Rosmarino www.bnblavandaerosmarino.it

TOSCANA - provincia di AREZZO - Capolona - Loc. Cenina il Cipresso 187
E' possibile pernottare per 1 o 2 notti (venerdì 13.5 e sabato 14.5)



Conducono le attività di gruppo:

Daniela Dimallio: operatrice Shiatsu e *Sabrina Ferrari*: educatrice professionale,
counselor e mediatrice familiare

Per info: Daniela 333/33.04.652 - daniela.dimallio2@gmail.com

