

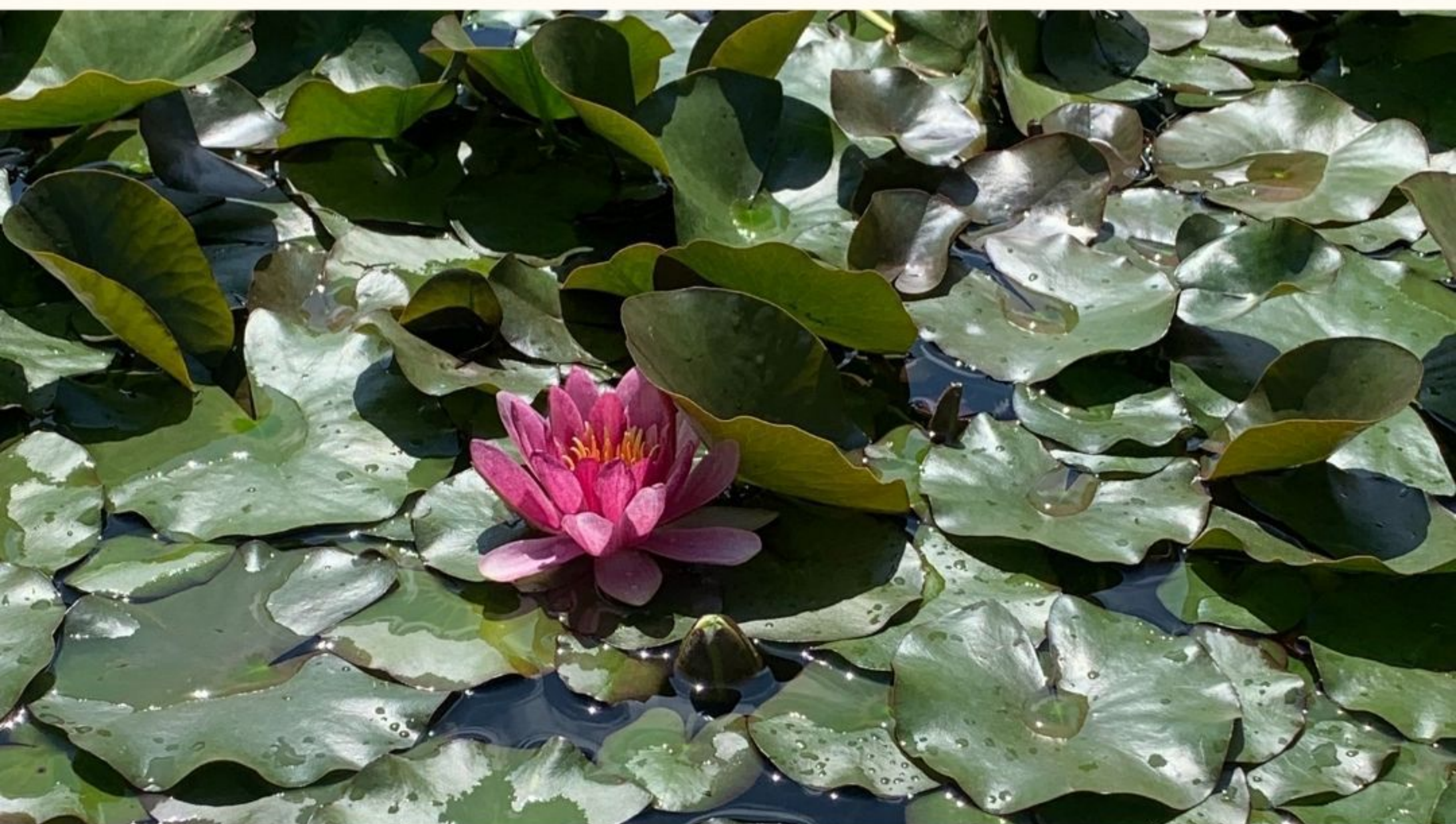


Studio Samata
di Barbara Del Mugnaio
presenta

Evento olistico Samata in Villa

8 giugno 2024

Villa Gambaro
Fattoria di
Petrognano



Yoga Ratna

Meditazione

Pilates

Reiki

Oli Essenziali

MTC

Gong & Campane Tibetane

Una giornata dedicata al benessere e all'equilibrio
Pratica con noi dalle 10 alle 18



Programma

Mattina

ore 9:30 ingressi e benvenuto

ore 10

Pilates | Rafforzare il centro con Barbara
**MTC | I 5 Elementi nella Medicina Tradizionale
Cinese** con Francisca

ore 11

Meditazione | Fare attenzione al respiro con Barbara
Campane tibetane | Armonizzazione con Giada

ore 12

Yoga | Yoga, il maschile e il femminile con Barbara
Reiki | Il potere del Cuore con Irene

ore 13:00

Cerchio di ringraziamento e condivisione

Pomeriggio

ore 14:30 ingressi e benvenuto

ore 15

Yoga | I Bija Mantra con Barbara
Oli essenziali | Lettura simbolica con Francisca

ore 16

Pilates | La coordinazione e l'equilibrio con Barbara
Reiki | L'ascolto consapevole di sé con Irene

ore 17

Meditazione | L'amorevole gentilezza con Barbara
Bagno di Gong | Riequilibrio energetico con Giada

ore 18:00

Cerchio di ringraziamento e condivisione