

Calabria: Terra dell'anima

Una vacanza per la mente, il corpo e l'anima

11-18 agosto 2018 – S. Vito sullo Ionio (Cz)



Programma:

I Giorno

Arrivo e sistemazione. Cerchio di conoscenza dei partecipanti

Meditazione al fiume

Cena condivisa

II Giorno

Bioenergetica la mattina in campagna

Raccolta di erbe selvatiche

Pranzo condiviso

Pomeriggio libero per mare

Sera cena condivisa

III giorno

Bioenergetica la mattina in campagna

Partenza per sito archeologico(Locri o Crotone o Costa Viola)

Pranzo al sacco

Al ritorno meditazione al mare

Cena libera

IV giorno

Bioenergetica in campagna

Raccolta di erbe selvatica e pranzo di erbe in condivisione

Pomeriggio Costellazioni di Gruppo

Sera libera

V giorno

Bioenergetica al mare

Mattina al mare con pranzo al sacco

Pomeriggio visita a Stilo o Gerace o Badolato o Sant'Andrea o Squillace

Cena ristorante

VI giorno

Visita alla Certosa di Serra San Bruno e museo

Bioenergetica nel bosco

Camminata nel bosco e pranzo al sacco

Esperienza del silenzio nella natura

Cena libera

VII giorno

Bioenergetica in campagna

Mare

Sera Restituzione delle esperienze

Partenze....

Il programma è in linea di massima ed è passibile di cambiamento a seconda delle preferenze del gruppo e di varie evenienze ,atmosferiche e ambientali...

L'alloggio è in una casa di paese di tre stanze doppie con condivisione del bagno e dello spazio.

Altri posti letto in casa di campagna.

Lo spirito della vacanza è all'impronta della semplicità e della condivisione, sconsigliata a chi non ha capacità di condivisione e di scambio.

Abbigliamento comodo, portare scarpe da ginnastica e tappetino fitness, costume e asciugamano da mare, telo da doccia.

Massimo nove persone.

Prenotarsi in tempo utile.

Tel. Rosa Brancatella: 331 6870963