

DETOX SUMMER CAMP YOGA FLOW RETREAT

20 - 21 maggio 2006

Due notti e due giornate di yoga nello splendido agriturismo "Grazia" a Orbetello immerso nel verde con splendida vista sul mare per studiare insieme l'apertura dei sette chakra, yoga flow I e II livello, tecniche di automassaggio da fare da soli e in coppia. Avremo a disposizione cibi organici e tisane disintossicanti e ognuno di voi sarà seguito personalmente dalla vostra insegnante Claudia Nizza

*I dedicate this yoga workshop
to the memory of my first yoga master
Johnny C. Hernandez*

Il costo per due pernottamenti e due giorni di lezione incluso cibo è di 240,00 Euro. Inoltre si può prenotare la sola giornata di domenica, senza pernottamento e pasti, al costo di 45,00 Euro. In entrambe i casi si consiglia di prenotare entro il 20 aprile

PROGRAMMA DELLO YOGA FLOW RETREAT

20 - 21 maggio 2006

sabato 20 maggio

12,30-14,00

Yoga Flow I-II

15,00-16,30

Self Massage

18,30-20,00

Opening Chakra

domenica 21 maggio

10,30-12,00

Opening Chakra

13,00-15,00

Yoga Flow I-II

16,30-18,00

Self Massage

per prenotazioni telefonare al **338 56 53 872**

www.yogaflow.it - romayogaflow@yahoo.it

Claudia Nizza e John C. Hernandez fotografati da Roberto Croci, sulla spiaggia di Venice - California, nei giorni felici di yoga insieme, 2003