



Abbazia San Pietro in Valle

RESIDENZA D'EPOCA



Venerdì 25

- Arrivo alle 16:30
- Pratica Yoga 17:30
- Cena 20:00
- Cerchio di apertura 21:30

Sabato 26

- Pratica Yoga 8:00
- Colazione 9:30
- Arrampicata su roccia in falesia 11:00
- Pratica Yoga 18:30
- Cena 21:00

Domenica 27

- Pratica Yoga 8:00
- Colazione 9:30
- Arrampicata su roccia in falesia 11:00
- Cerchio di chiusura 18:30



Abbazia San Pietro in Valle

RESIDENZA D'EPOCA

A chi è rivolto ?

A chi vuole approfondire la consapevolezza della respirazione e del movimento attraverso l'unione di queste due discipline

Il retreat è adatto a tutti, anche a chi ha appena iniziato o vuole provare per la prima volta

Quanto costa ?

250€
in stanza condivisa

330€
in stanza matrimoniale
ad uso singolo

Cosa è incluso ?

- mini corso con guida alpina
- noleggio materiale arrampicata
- pratiche yoga
- pernottamento
- colazione, cena