

## EMILIA - ROMAGNA



### CESENATICO (FC)

Il Circolo Chakra APS, con il Patrocinio del Comune e della Provincia, questa estate organizza corsi gratuiti di Hatha Yoga e Meditazione.

Parco di Levante il sabato dalle 17,00 alle 18,15 Hatha Yoga e dalle 18,15 alle 18,45 Meditazione. Al mare in spiaggia di fronte Colonia Agip il mercoledì dalle 19,00 alle 20,00 Hatha Yoga.

Inseg. Gianni Battistini certificato Yoga Alliance.

**Periodo:** 1 giugno - 15 settembre

**Mail:** [circolochakra@libero.it](mailto:circolochakra@libero.it)

**Sito:** [www.circolochakra.it](http://www.circolochakra.it)

**Telefono:** 339 2322109

## EMILIA - ROMAGNA



### CASALECCHIO DI RENO (BO)

**DEDICATO A TE CHE PRATICHI O GIÀ LO INSEgni**  
L'estate sta arrivando e la voglia di **Libertà** e di dedicarsi finalmente a se stessi è davvero grande. Come ogni anno ti proponiamo ben **11 corsi** di formazione, **scoprili adesso!**

La tua vacanza studio in un posto meraviglioso immerso nella natura delle colline bolognesi che cambierà totalmente la tua vita, come raccontano i nostri allievi nelle recensioni.

**Periodo:** da giugno a settembre

**Mail:** [info@yogaformazione.it](mailto:info@yogaformazione.it)

**Sito:** [www.yogaformazione.it](http://www.yogaformazione.it)

**Telefono:** 349 8916857

# RESIDENZIALI estivi 2022



**PRONTI PER ANDARE  
IN VACANZA  
E PRATICARE YOGA  
IN CAMPAGNA,  
AL MARE  
O SUI MONTI?**

## TOSCANA



### SCANSANO - GROSSETO (GR)

**ANATOMIA YOGA E ZEN WARRIOR:** Diventa **Guerriero** di **Gentilezza** e acquisisci le capacità di centratura e integrazione. Movimento funzionale, Yoga e **arti marziali** si fondono in un flow potente e armonico. Nei pomeriggi l'**anatomia funzionale Yoga applicata al flow**. Ascoltare il linguaggio del corpo, saperlo leggere e comprendere ci permette di accedere ad una conoscenza di noi stessi e degli studenti più profonda e autentica.

**Periodo:** Modulo 1: 25 - 31 luglio

Modulo 2: 1 - 7 agosto

**Mail:** [info@odakayoga.com](mailto:info@odakayoga.com)

**Sito:** [www.odakayoga.com](http://www.odakayoga.com) | **FB e IG:** Odaka Yoga

**Telefono:** 351 9231632

## TOSCANA



### ANTICO BORGO TIGNANO - VOLTERRA (SI)

Un'opportunità per praticare insieme, rigenerare corpo e mente, allenare la presenza che genera risveglio e consapevolezza.

La pratica inizia all'alba fino alle 10.30 e riprende alle 17.00 fino al tramonto.

Lo stage è aperto a principianti, avanzati e insegnanti. Cucina vegana.

Insegnante: Maria Beatrice Calcagno

**Periodo: Settimana 12 - 25 giugno**

**Weekend 19 - 21 agosto**

**Settimana 21 - 27 agosto**

**Mail: [info@centroyoga.it](mailto:info@centroyoga.it)**

**Sito: [www.centroyoga.it](http://www.centroyoga.it)**

**Telefono: 02 347939**

## MARCHE



### ABBADIA DI FIASTRA & SIROLO

Vacanza di IYENGAR® yoga con Phaedra de Zeeuw insegnante certificata Level 2, nel bellissimo contesto della Riserva Naturale dell'Abbadia di Fiastra e del Parco Naturale del Conero. Goditi la natura, la bellezza e il benessere! Aperto a praticanti di tutti i livelli e anche ai principianti. Phaedra ti porterà nei luoghi più belli e suggestivi per fare la pratica yoga. IYENGAR® Yoga is for all.

**Periodo: Abbadia di Fiastra 23 - 29/7;**

**30/7 - 5/8; 6 - 12/8; 20 - 26/8**

**Sirolo 16 - 23/7; 8 - 15/10**

**Mail: [info@yoga-vacanza.com](mailto:info@yoga-vacanza.com)**

**Sito: [www.yoga-vacanza.com](http://www.yoga-vacanza.com)**

**Telefono: 334 3295197**

## TOSCANA



### CASTIGLIONCELLO, LA PERLA DEL TIRRENO (LI)

#### IL LUOGO PER LA FELICITÀ

Sei sempre di corsa, non hai tempo per te. Bastano 5 minuti al giorno per staccare la spina e iniziare a rinascere.

Yoga, psicologia positiva e mindfulness.

Al via il percorso che ti inizierà su una strada che, se vorrai, potrai intraprendere: la felicità sta nelle scelte che si fanno, partire da un bel luogo è importante, come avere intorno le persone giuste.

**Periodo: 24 - 26 giugno;**

**8 - 10 luglio**

**Mail: [eventi@wellmeing.it](mailto:eventi@wellmeing.it)**

**Sito: [www.wellmeing.it](http://www.wellmeing.it)**

**Telefono: 3755 679982**

## SARDEGNA



### CARLOFORTE, ISOLA DI SAN PIETRO (CI)

#### VACANZA YOGA E MARE IN SARDEGNA

Una vacanza straordinaria! Un'esperienza unica di condivisione e crescita interiore a contatto con la natura, per vivere nello spirito dello Yoga, ovvero di UNIONE, a tutto tondo!

Saluteremo l'alba dal mare, godremo del sole e dei profumi dell'Isola, ci immergeremo nelle pratiche di yoga e meditazione, incantati dai meravigliosi tramonti in spiaggia o sulla scogliera.

**Periodo: 23 - 30 luglio**

**Mail: [brahavidya06@yahoo.it](mailto:brahavidya06@yahoo.it)**

**Sito: [www.brahavidyayogatorino.it](http://www.brahavidyayogatorino.it)**

**Telefono: 011 4119849**

**334 3145040**