



*with Phaedra*

S  
u  
m  
m  
e  
r  
  
Workshop



VENGAM YOGA



## Seminario residenziale IYENGAR® YOGA - Summer Workshop

Con Phaedra de Zeeuw, insegnante certificata Level 2



Torre di Palme	21 - 25 aprile 2023	Nelle Marche
Sirolo	15 - 22 luglio 2023	Parco Naturale del Conero
Firenze	22 - 29 luglio 2023	Toscana
Abbadia di Fiastra	5 - 11 agosto 2023	Riserva Naturale dell'Abbadia di Fiastra (MC)
Abbadia di Fiastra	12 - 18 agosto 2023	Riserva Naturale dell'Abbadia di Fiastra (MC)
Abbadia di Fiastra	26 ago - 1 sett 2023	Riserva Naturale dell'Abbadia di Fiastra (MC)
Sirolo	13 - 20 settembre 2023	Parco Naturale del Conero

Nel bellissimo contesto della Riserva Naturale dell'Abbadia di Fiastra (MC) e nel Parco Naturale del Conero. Novità: quest'anno anche a Torre di Palme e a Firenze!

Con classi la mattina e la sera in posti bellissimi nelle Marche e in Toscana. Qui ti puoi immergere nella suggestiva atmosfera di spiritualità e nella bellezza della natura.

Si praticano Asana e Pranayama del nuovo Syllabus Level 1, con un filo logico, collegandoli con le asana del Syllabus successivo, il Level 2.

Il seminario è 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. Dopo le lezioni si mangia insieme e la settimana prevede divertenti escursioni!

Informazioni sugli alloggi convenzionati,

sugli orari del seminario ed il costo visita:

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

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

FB: [scuola yoga macerata](https://www.facebook.com/scuola.yoga.macerata)

Tel: +39 334.3295197





