



3° RITIRO YOGA IN CIOCIARIA “L’energia nello stare insieme”

Costi e pacchetti sconto

A) Pacchetto full: "Tutto compreso" | Costo a partire da 195€ a persona

- con pernottato c/o “Ostello di Roccaradace “: costo 195€ a persona
- con pernottato c/o “Magic b&b”: costo 230€ a persona
- con pernottato c/o “Le Viole b&b”: a partire da 260€ a persona

La quota del pacchetto completo comprende:

- pernottato (n°3 notti + n°3 colazioni) presso struttura ospitante (in camere singole o doppie)
- n°3 pranzi veg
- n°2 cene veg + n°1 cena ciociarata in agriturismo
- n°5 pratiche di yoga
- meditazioni del mattino e della sera
- kiirtan
- gita con guida turistica

A disposizione di ogni partecipante per tutta la durata del ritiro: acqua, tisane, frutta e verdura BIO.

B) Pacchetto basic: "Yoga&Food" | Costo: 140€ a persona

La quota del pacchetto completo comprende:

- n°5 pratiche di yoga
- meditazioni del mattino e della sera
- kiirtan
- n°3 pranzi veg
- n°2 cene veg + n°1 cena ciociarata in agriturismo

A disposizione di ogni partecipante per tutta la durata del ritiro: acqua, tisane, frutta e verdura BIO.

C) Pacchetto - “Solo un giorno”

- solo giovedì 27 giugno (tutte le attività in programma): 25€
- solo venerdì 28 giugno novembre (tutte le attività in programma, esclusa masterclass): 55€
- solo sabato 29 giugno (tutte le attività in programma, esclusa masterclass): 40€
- solo domenica 30 giugno (tutte le attività in programma): 25€

D) Singole attività

- yoga - costo da 1 a 2 pratiche: 10€ cad. a persona
- yoga - costo 3 pratiche: 27€ (sconto 10%)
- yoga - costo 4 pratiche: 36€ (sconto 10%)
- yoga - costo 5 pratiche: 40€ (1 omaggio)
- 1° masterclass yoga (dedicata a insegnanti) - 2h teoria + pratica yoga: 40€
- 1°+2° masterclass yoga (dedicata a insegnanti) - 4h teoria + n°2 pratiche yoga: 68€ (sconto 15%)
- meditazioni del mattino e della sera: gratuite
- kiirtan (meditazione con danza e mantra): gratuito
- pasto veg: 18€
- cena ciociarata in agriturismo: 20€
- trattamenti per la cura del corpo e del viso c/o Centro benessere “Le Muse”: sconto del 15%
- passeggiata a cavallo nella campagna ciociarata: 15€
- gita in Ciociaria con guida turistica: 5€

Per maggiori informazioni: Cristina 351 86 99 531 | info@yogainciociaria.it

www.yogainciociaria.it - info@yogainciociaria.it - #yogainciociaria