

TEMPO PER TE



Yoga, mudra e
mantra
Silenzio
Cibo naturale
Love

20-24

GIUGNO

Gruppo di 4 persone

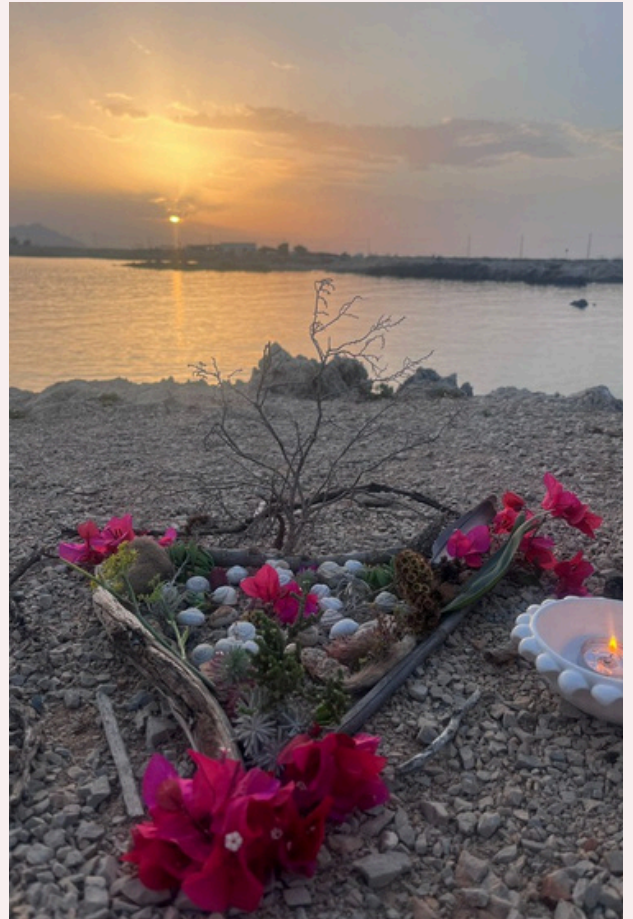


Hai bisogno di rallentare dalla routine di tutti i giorni e occuparti di te, del tuo corpo, del tuo Tempio?

Hai bisogno di stare a contatto con la natura, a respirare le onde del mare e a guardare milioni e milioni di stelle?

Fai un bel respiro e rallenta; chiudi gli occhi che guardano fuori, apri gli occhi che guardano dentro e ascolta.

Permettiti e regalati questo tempo che meriti per te, per tornare a stare nel piacere delle piccole cose, del tempo lento, del tempo naturale, dove ti apri a ricevere la meraviglia e la bellezza che questa Vita ci offre.



**RICONNESSIONE
LIBERAZIONE
EVOLUZIONE
PACE**

"Respira,
rallenta,
torna a casa"

Dove saremo

OmShantiHome si trova a Favignana, l'isola farfalla dell'arcipelago delle Egadi. L'isola riesce a catapultarti completamente fuori dalla frenesia della città: le sue acque cristalline, le cave di tufo, le spiagge mozzafiato, i giardini ipogei nascosti e l'aria così pura e salubre.. riusciranno a portarti in un mondo parallelo fatto di amore e pace ritrovando la connessione con la Natura.

OmshantiHome è uno spazio per sentirsi a casa, per fermarsi dalla routine di tutti i giorni, liberarsi dai condizionamenti esterni, e darsi l'occasione, la possibilità, di ascoltarsi, per ritrovare quello spazio di pace che c'è già dentro ognuno di noi, da cui può sgorgare la fonte della nostra inesauribile creatività.



CHI SONO



Sara_Shanti

Solare, gioiosa, fiduciosa nell' universo e nelle relazioni umane, viaggiatrice tra mondi interni ed esterni; in cammino alla ricerca di tutte le infinite forme che la mia anima vuole essere in questa vita e con questo corpo, attraverso discipline orientali e occidentali. La mia porta d' ingresso sul cammino della spiritualità è stato lo Yoga, 9 anni fa in India: nel corso del mio percorso ho incontrato l' ashtanga, l' hatha, l' Iyengar Yoga, il kundalini yoga

Sono stata iniziata sulla via non duale dello Shakta Tantra 3 anni fa: tutto è uno, tutto arriva dalla stessa energia, dalla stessa fonte; distinto, ma non separato. Ho iniziato così a lasciare le parti di me che mi bloccavano e a integrare tutte le parti di anima che avevo dimenticato.

Sono sempre in cammino e in evoluzione in questa meravigliosa avventura che è la Vita.



PROGRAMMA



20 giugno
arrivo e sistemazione
18.00-19.30 pratica yoga

21 e 22 giugno
colazione
9.00-10.30 pratica yoga
12.30 pranzo
18.00 -19.00
restorative/pranayama/medit
azione

23 giugno
colazione
9.00-10.30 pratica yoga
12.30 pranzo

24 giugno
colazione
9.00-10.30
pratica yoga
12.00 brunch

CONDIZIONI DI PRENOTAZIONE



La quotazione partecipazione comprende:

- alloggio in camera singola per 4 notti
- pratiche
- snack prima della pratica, pranzo
- lenzuola e asciugamani
- pulizie finali

Possibilità di noleggiare la bicicletta al costo di 6 euro al giorno

Contributo = 570 euro

COME PRENOTARE

Per riservare la camera ti chiedo un acconto del 40%, il restante sarà da versare una volta che arriverai a OmShantiHome.

PER QUALSIASI INFORMAZIONE:
SHANTI 3492738122 (MANDAMI UN MESSAGGIO SU WHATSAPP)

Che tutto in te sia gioia

*Namaste
Love & Light*



Omshantihome. Favignana

www.omshantihome.org