

5–7 Dicembre



Luce Interiore: Illumina il Tuo Spirito

Venerdì

17:00–18:30 – Arrivo, accoglienza e colloqui

19:30 – Cena conviviale

21:00 – Cerchio di apertura e meditazione sulla luce

Sabato

7:45–8:30 – Risveglio corporeo con respiro e consapevolezza

9:00 – Colazione

10:00–12:00 – Passeggiata tra gli orti invernali e raccolta simbolica

12:30 – Pranzo e tempo libero

16:30–18:30 – Workshop pratico: rimedi per il calore e la calma invernale

19:30 – Cena

21:00 – Pratica serale con aromaterapia

Domenica

7:45–8:30 – Pratica del mattino

9:00 – Colazione

10:00–11:30 – Workshop floreale per la visione interiore

12:00 – Cerimonia di chiusura

13:00 – Pranzo finale

