



with Phaedra

S
u
m
m
e
r
W
o
r
k
s
h
o
p



IYENGAR® YOGA



Seminario residenziale IYENGAR® Yoga – Summer Workshop

31 luglio – 6 agosto 2021;

7 – 13 agosto 2021;

21 – 27 agosto 2021 - Riserva Naturale dell'Abbadia di Fiastra (MC)

Iyengar® Yoga con **Phaedra de Zeeuw**
insegnante certificata Intermediate Junior I

Nel bellissimo contesto della **Riserva Naturale** dell'**Abbadia di Fiastra** (MC) con **alberi secolari e splendidi prati**. Goditi la natura, la bellezza e il benessere!

Con classi la mattina e la sera in uno dei posti più belli della regione Marche.

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!** Rispettando le normative vigenti.

Informazioni sugli **alloggi convenzionati** nel bellissimo parco dell'abbazia, sugli orari del seminario ed il costo visita:
yoga-vacanza.com ~ oppure ~ **yogamacerata.it**

@: info@yoga-vacanza.com
F: scuola yoga macerata
T: 334.3295197



L'Albero della **Yoga**
SCUOLA YOGA

Marche, Italy