CORSO ARTE DI VIVERE: PRIMA TAPPA

**Sabato 23 settembre 2017 dalle 10 alle 17**

**presso**

**Agriturismo Biologico Vegetariano Le Piagge a Quarrata (Pistoia)**



**MI PREPARO AD UN NUOVO INIZIO**

***Con consapevole leggerezza : mi ascolto, mi accolgo, medito, mi muovo, imparo a curarmi, condivido, mangio sano e sorrido***

Condotto da Panozzo Marialessandra

***Giornata esperienziale nelle colline di Montalbano
 pranzo vegetariano e tuffo in piscina***

Faremo assieme meditazione, muoveremo il corpo e le menti, ascolteremo il silenzio, parleremo di cambiamento, delle nostre paure,
di come iniziare un nuovo percorso con noi stessi
 impareremo le piante, i rimedi e i cibi che ci possono aiutare

Prenotazioni entro il 18 Settembre,costo 65 euro (60 euro per i soci Agape)
possibilità di pernottamento nell’Agriturismo

dott.ssa Panozzo 3281986982
panozzo.a@libero.it