



www.ecotourismgreece.com
Tel.: +30 2810 812 096
Mobile: +30 6936 12 57 16
Mobile 2: +30 6932 46 7002



Yoga Center

www.pnois.gr
Tηλ.: 2810 239057
Κιν.: 6947 122881

Pranayama
Asana
Relaxation
Meditation

At the time of the Sunset

Yoga



Πρόγραμμα Retreat 2 -3 Απριλίου



Σας προσκαλούμε σ ένα Σαββατοκύριακο χαλάρωσης και διαλογισμού, που περιλαμβάνει επίσης σεμινάριο για τον «αυτοσεβασμό» με τον Κώστα Ζεϊμπέκη, σε ένα πανέμορφο και ήσυχο μέρος στην Αχλάδα, στα διαμερίσματα 'Mourtzanakis Residence'.

Το πρόγραμμα θα είναι το παρακάτω:

Σάββατο 02 Απριλίου

> Καλωσόρισμα & τοποθέτηση στα δωμάτια	10:00 – 11:00
> Παρουσίαση προγράμματος & γνωριμία	11:00 – 11:30
> Έναρξη του σεμιναρίου (1ο μέρος)	11:30 – 13:30
> Διάλειμμα & μεσημεριανό	13:30 – 15:00
> Ελεύθερος χρόνος	15:00 – 17:00
> Τσάι & καφές	17:00 – 17:30
> Συνέχεια σεμιναρίου (2ο μέρος)	17:30 – 20:30
> Διάλειμμα & βραδινό	20:30 – 21:30

Κυριακή 03 Απριλίου

> Πρωινό	09:00 – 10:00
> Συνέχεια σεμιναρίου (3ο μέρος)	10:00 – 12:30
> Αποχαιρετισμός & υπόσχεση	12:30 – 13:30

Το κόστος θα είναι 35 € το άτομο και θα περιλαμβάνει μια διαμονή και τη διατροφή των δυο ημερών.

Παρακαλούμε οι ενδιαφερόμενοι να μας το δηλώσουν έγκαιρα, επειδή οι θέσεις είναι περιορισμένες.

Για την «ΠΝΟΗ ΖΩΗΣ»

ΜΑΡΙΑ ΔΕΛΗΓΙΑΝΝΗ