Proposte nella settimana dal 4/06/22 al 11/02/22

PACCHETTO 1 - ALLOGGIO- PENSIONE COMPLETA E MDF MBSR

PACCHETTO 1 - PROGRAMMA GIORNALIERO - MDF MBSR

ORE		ATTIVITA'	RITROVO
07:00 - 08:00	*1*	MEDITAZIONE NON GIUDATA (adatta a chi ha già esperinza di meditazione) - FACOLTATIVA	SALA COBALTO con Viviana
10:00 -12:00 *	*2*	TRAINING DI MINDFULNESS MBSR - PROPEDEUTICO	SALA COBALTO con Viviana
12:00 - 12:30	*2*	MEDITAZIONE IN ACQUA - FACOLTATIVA	SPIAGGIA con Monica e Viviana **
14:30 - 15:15	*3*	MEDITAZIONE GUIDATA (adatta a principianti e non) - FACOLTATIVA	SALA COBALTO con Viviana
17:30 - 18:15	*4*	MEDITAZIONE GUIDATA (adatta a principianti e non)- FACOLTATIVA	SPIAGGIA con Viviana e Monica
21:30 - 22:15	*5*	MEDITAZIONE GIUDATA METTA (adatta a tutti)- FACOLTATIVA	SALA COBALTO con Viviana
Si prega di non accedere nella sala di meditazione a sessione già iniziata. E' gradita la puntualità.			
**** DEDICATO AL GRUPPO DI MDF MBRS***			

IL GRUPPO INTENSIVO DI MINDFULNESS MBSR AVRA' INIZIO IL GIORNO 05/06/2022 ALLE ORE 09:00 E TERMINERA' IL GIORNO 11/06/2022 ALLE ORE 12:00

TIPOLOGIA STRUTTURA	SOCI CONVENZIONATI	OSPITI NON CONVENZIONATI
PERNOTTO IN STRUTTURA(BUNGALOW O CASA MOBILE) SINGOLA	€ 650,00	€ 715,00
PERNOTTO STRUTTURA (BUNGALOW O CASA MOBILE) CONDIVISA 2/3 pax	€ 500,00	€ 550,00

Il pacchetto include: TRAINING DI MINDFULNESS MBSR + ALLOGGIO (secondo la sistemazione scelta) + PENSIONE COMPLETA + BIANCHERIA

Il pacchetto non include: ARIA CONDIZIONATA (opzionabile aggiungendo € 35,00 per l'intero periodo)

Le voci non incluse nel pacchetto sono da intendersi a parte, per eventuali altre richieste e informazioni è possibile chiamare la struttura al numero +39 350 538 0923 o scrivere a info@campingtorrenova.it

PACCHETTO 2 - ALLOGGIO-PENSIONE COMPLETA & SETTIMANA DI MEDITAZIONE & DYNAMIC POSTURAL

PACCHETTO 2 - PROGRAMMA GIORNALIERO - SETTIMANA DI MEDITAZIONE

ORE		ATTIVITA'	RITROVO
07:00 - 08:00	*1*	**MEDITAZIONE NON GIUDATA (adatta a chi ha già esperinza di meditazione)** - FACOLTATIVA	SALA COBALTO con Viviana
10:00 : 10:45	-	**FISIO DYNAMIC** - FACOLTATIVA	SPIAGGIA con Monica *
11:00 - 11:45	-	**AQUATIC FISIO POSTUROLOGY** - FACOLTATIVO	SPIAGGIA con Monica *
12:00 - 12:30	*2*	**MEDITAZIONE IN ACQUA** - FACOLTATIVA	SPIAGGIA con Monica e Viviana **
14:30 - 15:15	*3*	**MEDITAZIONE GUIDATA (adatta a principianti e non)** - FACOLTATIVA	SALA COBALTO con Viviana
17:30 - 18:15	*4*	**MEDITAZIONE GUIDATA (adatta a principianti e non)** - FACOLTATIVA	SPIAGGIA con Viviana e Monica *
21:30 - 22:15	*5*	**MEDITAZIONE GIUDATA METTA (adatta a tutti)** - FACOLTATIVA	SALA COBALTO con Viviana

Si prega di non accedere nella sala di meditazione a sessione già iniziata. E' gradita la puntualità.

*** In caso di maltempo, l'attività si svolgerà al coperto nello "Spazio BLU"**

**** L'attività si svolgerà con le condizioni meteo idonee**

La programmazione sarà valida dal gg 05/06/2022 al gg 11/06/2022

TIPOLOGIA STRUTTURA	SOCI CONVENZIONATI	OSPITI NON CONVENZIONATI
PERNOTTO IN STRUTTURA (BUNGALOW O CASA MOBILE)	**€ 640,00**	**€ 704,00**
PERNOTTO STRUTTURA (BUNGALOW O CASA MOBILE)	**€ 490,00**	**€ 539,00**

Il pacchetto non include: ARIA CONDIZIONATA (opzionabile aggiungendo € 35,00 per l'intero periodo)

Le voci non incluse nel pacchetto sono da intendersi a parte, per eventuali altre richieste e informazioni è possibile chiamare la struttura al numero +39 350 538 0923 o scrivere a info@campingtorrenova.it

PACCHETTO 3 - ALLOGGIO E PENSIONE COMPLETA (PARTECIPAZIONE ALLE ATTIVITA' SU PRENOTAZIONE)

PACCHETTO 3 - PROGRAMMA GIORNALIERO FACOLTATIVO

ORE		ATTIVITA' NON INCLUSE NEL PACCHETTO	RITROVO
07:00 - 08:00	*1*	**MEDITAZIONE NON GIUDATA (adatta ai più esperti)**	SALA COBALTO con Viviana
10:00 : 10:45	-	**FISIOTERAPIA POSTURALE di PREVENZIONE e CURA (max 10 pax)**	SPIAGGIA con Monica *
11:00 - 11:45	-	**AQUATIC FISIO POSTUROLOGY (max 10 pax)**	SPIAGGIA con Monica *
12:00 - 12:30	*2*	**MEDITAZIONE IN ACQUA**	SPIAGGIA con Monica e Viviana **
14:30 - 15:15	*3*	**MEDITAZIONE GUIDATA (adatta a principianti e non)**	SALA COBALTO con Viviana
17:30 - 18:15	*4*	**MEDITAZIONE GUIDATA (adatta a principianti e non)**	SPIAGGIA con Viviana e Monica *
21:30 - 22:15	*5*	**MEDITAZIONE GIUDATA METTA (adatta a tutti)**	SALA COBALTO con Viviana
Si prega di non accedere nella sala di meditazione o luogo dell'incontro, a sessione già iniziata. E' gradita la puntualità.			

E' possibile partecipare alle attività previa prenotazione da effettuarsi alla reception 1 ora prima dell'incontro

** L'attività si svolgerà con le condizioni meteo idonee

*** In caso di maltempo, l'attività si svolgerà al coperto nello "Spazio BLU"

La programmazione sarà valida dal gg 05/06/2022 al gg 11/06/2022

TIPOLOGIA STRUTTURA	SOCI CONVENZIONATI	OSPITI NON CONVENZIONATI
PERNOTTO IN STRUTTURA(BUNGALOW O CASA MOBILE) SINGOLA	**€ 500,00**	**€ 550,00**
PERNOTTO STRUTTURA (BUNGALOW O CASA MOBILE) CONDIVISA 2/3 pax	**€ 390,00**	**€ 429,00**

Il pacchetto non include: ARIA CONDIZIONATA (opzionabile aggiungendo € 35,00 per l'intero periodo)

Le voci non incluse nel pacchetto sono da intendersi a parte, per eventuali altre richieste e informazioni è possibile chiamare la struttura al numero +39 350 538 0923 o scrivere a info@campingtorrenova.it