



CAPOVATICANO
RESORT THALASSO SPA

MEDITERRANEAN ESSENCE

Ritiro Olistico tra Terra, Mare e Cielo
Capovaticano Resort Thalasso Spa



MEDITERRANEAN ESSENCE

Ritiro Olistico tra Terra, Mare e Cielo

Capovaticano Resort Thalasso Spa

A cura di Jessica Paola Lopez

Terapista olistica – Insegnante di meditazione – Terapeuta essena ed egizia

6 - 9 Ottobre, soggiorno di 4 giorni e 3 notti

GIORNO 1 – Arrivo e Connessione

15:00	Arrivo e check-in al Resort con tisana energetica o infuso al limone di Calabria e lavanda con oli essenziali locali in camera all’arrivo
17:30 - 18:30	Cerchio di benvenuto e presentazione del percorso su terrazza vista mare Meditazione: "Radicamento e apertura del campo aurico"

GIORNO 2 – Risveglio e Soglia del Sogno

7:30 - 8:30	Meditazione del mattino in terrazza: "Respiro di Luce e Sole interiore"
10:00 - 10:30	Risveglio muscolare al sole: yoga dolce in acqua sulla spiaggia
11:30 - 13:00	Tempo libero o trattamenti individuali su richiesta
15:00 - 16:30	(riequilibrio energetico esseno-egizio, channeling)
17:00 - 18:00	Yoga dolce su terrazza vista mare
19:30 - 20:30	Cerimonia sotto le stelle in spiaggia, meditazione guidata di armonizzazione di campana tibetana: "Accensione del fuoco interiore e trasmutazione tra le stelle"



MEDITERRANEAN ESSENCE
Ritiro Olistico tra Terra, Mare e Cielo
Capovaticano Resort Thalasso Spa

A cura di Jessica Paola Lopez
Terapista olistica – Insegnante di meditazione – Terapeuta essena ed egizia
6 - 9 Ottobre, soggiorno di 4 giorni e 3 notti

GIORNO 3 – Energia e Visione

7:30 - 8:30	Meditazione su terrazza fronte mare: "Attivazione del corpo di luce"
10:00 - 10:30	Risveglio muscolare al Sole: yoga dolce in acqua sulla spiaggia
11:30 - 13:00 15:30 - 16:30	Trattamenti individuali su prenotazione su richiesta (riequilibrio, energetico esseno-egizio, channeling)
17:30 - 18:30	Yoga dolce e rilassamento: "Viaggio nel Tempio corporeo" Cerchio di condivisione e domande

GIORNO 4 – Saluto al Sole e Partenza

7:30 - 8:30	Meditazione e saluto al sole, yoga: "Integrazione e ringraziamenti"
-------------	---

- Extra facoltativi (su prenotazione):
- Trattamenti di riequilibrio energetico individuali esseni-egizi
 - Letture intuitive e canalizzazioni individuali, channeling





CAPOVATICANO
RESORT THALASSO SPA

