

L'AMOR PROPRIO IL CUORE DEL TUO BENESSERE

CORSO CON VERONICA RAMELLA Maestra e terapeuta YAMAY



RITROVARE IL CONTATTO TRA MENTE CORPO E SPIRITO

Il corso, che si svolge nella cornice naturale dell'Oasi Zegna, è strutturato per aiutare i partecipanti a trovare, attraverso l'ascolto di sé, un giovamento fisico, psichico e spirituale, e provare un immediato senso di leggerezza, serenità e benessere.

Durante il seminario si sperimenteranno semplici ma preziose tecniche per recuperare il rapporto con il proprio corpo, la mente e lo spirito. Attraverso la camminata, a cui verranno uniti momenti di respirazione e di meditazione, i partecipanti saranno aiutati in modo dinamico a ritrovare l'equilibrio e l'armonia interiore sciogliendo blocchi emotivi e tensioni. Immersi nella natura dell'Oasi Zegna, si porterà la consapevolezza nell'ascolto di vibrazioni armoniose per arrivare all'ascolto profondo di sé, stimolando i campi energetici ed eliminando lo stress.

PROGRAMMA

SABATO 8 GIUGNO - IL CUORE

allo Chalet Bielmonte

SABATO 24 AGOSTO - IL SORRISO

all'Agriturismo Margosio

SABATO 31 AGOSTO - L'ACQUA

all'Albergo Bucaneve

ORARI DI SVOLGIMENTO

L'accoglienza ha inizio alle 16.30.

L'incontro proseguirà con un apericena e si conclude al termine di quest'ultima.

ESPERIENZA

COSA PORTARE

Un materassino e una bottiglietta d'acqua.

Durante l'esperienza, si beneficerà delle armonie dei suoni della natura e di momenti di rilassamento guidato.

COSA INDOSSARE

Vestiti comodi, per eseguire semplici movimenti in libertà

A CHI È RIVOLTO

Adulti e ragazzi dai 15 anni in su

INFO E COSTI

> **Corso Esperienziale**
con Veronica Ramella

> **Aperi-cena**

€ 35 a persona per ogni esperienza

Il corso consente una partecipazione minima di 8 persone e massima di 15 partecipanti

PROMOZIONE

***Chi porta un amico
dona un Tesoro***

**Sconto immediato di 6 euro
(a coppia)**



Info e prenotazioni

Veronica Ramella
benessere@veronicaramella.it
www.veronicaramella.it



VERONICA RAMELLA

Veronica Ramella è insegnante, terapeuta e ideatrice della tecnica "YAMAY", che conduce alla consapevolezza attraverso semplici e risolutivi passi.

COSA SIGNIFICA YAMAY

Equilibrio e Armonia: YAMAY è prima di tutto una parola palindroma; si può leggere da destra a sinistra e da sinistra a destra.

La sua anima: AMA, Il cuore della parola; ama te stesso e ama il prossimo. E ancora, le due A sono le iniziali della parola ACQUA e della parola ARIA, gli elementi che utilizzo per far star bene le persone. La M simboleggia il movimento, il massaggio e, dentro di sé racchiude la V di vero e Veronica, il mio nome.

L'unione: La Y iniziale e quella finale si riferiscono a diversi elementi; Y di ying e yang posizionati all'inizio e al termine della parola per sigillare la parola stessa e per darle equilibrio. Rappresentano la dualità, l'unione e la coesistenza di bene e male, bianco e nero, positivo e negativo, dove tutto è relativo. Anche nella Y è racchiusa la V di Veronica, di "vero". Parole che uniscono e che si uniscono in un equilibrio armonioso, su infiniti livelli. www.veroncaramella.it



L'OASI ZEGNA E BIELMONTE SONO FACILMENTE RAGGIUNGIBILI



A8 Milano-Laghi
 Imbocco A26
 Direzione Genova
 Uscita Romagnano Sesia

A4 Milano-Torino
 Uscita Carisio
 Direzione Cossato, Valle mosso, Trivero, Bielmonte

