



# OASI ZEGNA

## YOGA DEL SUONO

### EXPERIENCE RETREAT IN OASI ZEGNA CON ELISABETTA SALERIO 16 - 18 GIUGNO 2023



#### IL SUONO: UN PATRIMONIO CHE CI RICONNETTE ALLE NOSTRE RADICI

Il suono è movimento, è azione che si manifesta nell'universo circostante ma anche nel nostro universo interiore.

Attraverso lo Yoga del Suono sperimenteremo la forza presente nel nostro soffio vitale che agisce come un messaggero tra la Fonte Energetica Cosmica e le potenzialità interiori presenti in ognuno di noi.

Questa esperienza ci consente di recuperare una sapienza antica capace di ricreare una qualità di attenzione ed ascolto interiore perduti.

Calmare la nostra mente ed attingere ad un patrimonio di sensorialità che sa contattare il proprio potere di autoguarigione: quella sacralità racchiusa in noi.

*Iscrizioni aperte fino al 5 giugno (il seminario sarà attivato con min. 12 iscritti).*

#### PROGRAMMA

##### VENERDI' 16 GIUGNO

**ore 17-18** Arrivo all'albergo Bucaneve e WELCOME con una Light Practice dedicata all'ascolto dei Suoni esterni ed interni al Tempio-Corpo con Yoga Nidra dedicato

**ore 19.30-21.30** Cena in albergo

##### SABATO 17 GIUGNO

**ore 8.30-10.30** Pratica di Prana Flow Healing Yoga interamente dedicata al risveglio del Suono Vibrazionale degli Elementi presenti in Natura connessi nel Tempio-Corpo

**ore 10.45-12** Brunch in albergo

**ore 12-15** tempo libero per passeggiate in NATURA

**ore 15.30-16.30** Cerchio esperienziale in Natura per connessione ed espansione del SUONO

**Ore 17.30** Concerto nella Foresta di **Emiliano Toso**

**Ore 19-20.30** Cena in albergo

**Ore 21.30-23** Celebrazione SOLSTIZIO d'ESTATE (special Guest Emiliano Toso) con musica live di Francesca Touré (voce) e Oliviero Cerrini (chitarra).

*Concerto aperto a tutti*

##### DOMENICA 18 GIUGNO

**ore 8.30-10.30** Pratica di Prana Flow Healing Yoga dedicata alla danza degli Elementi nel Tempio-Corpo e all'ascolto dei suoi Suoni interni ( codici di guarigione)

**ore 10.45 - 12** Brunch in albergo

**ore 13 - 16** Camminata consapevole in natura e chiusura del Cerchio dedicando la Pratica alla TERRA

#### INFO E COSTI

> **Seminario Esperienziale**  
con Elisabetta Salerio

> **Concerto di musica live**  
sabato alle ore 21.30

**€ 180 a persona**

> **2 Pernottamenti**  
> **2 Cene** (bevande escluse)  
> **2 Brunch**

**€ 260 a persona**

Tariffe a persona in camera doppia

Supplemento camera doppia  
uso singola: € 20 a notte

Tariffa in camera tripla: 250 € a persona  
In camera quadrupla: 240 € a persona

**Concerto di Emiliano Toso**

**€ 20 a persona**

#### Info e prenotazioni

Bucaneve Albergo Ristorante Wellness  
Località Bielmonte  
Panoramica Zegna  
13835 Trivero (BI)  
Tel. +39 015 744184  
[www.bucaneve.eu](http://www.bucaneve.eu)  
[bucaneve@oasizegna.com](mailto:bucaneve@oasizegna.com)

