



BENESSERE

RILASSAMENTO COREANO, PILATES
YOGA, TAIQI, DO-IN



È nostra intenzione proporre degli Stages di queste meravigliose discipline.

Per chi volesse organizzare **personalmente** uno **stage**, di una di queste o di discipline affini, c'è la possibilità di organizzarlo da noi e con noi.

- ❖ **Rilassamento coreano**
- ❖ **Pilates**
- ❖ **Yoga**
- ❖ **Taiqi**
- ❖ **Do-in**



Le **tecniche** citate sono per la maggior parte provenienti da **culture e filosofie millenarie** preposte a **promuovere** il benessere, la salute, la pace e la forza interiore.