



Yoga & Ayurveda Retreat in Kerala, India

POSTI LIMITATI
EURO 1090 p.p.

Da sabato 25 gennaio a lunedì 3 febbraio 2020

Yoga Feeling a.s.d., promotrice di Yogafillicudi ®, organizza un ritiro in Kerala, India, per vivere **l'esperienza dello yoga e della medicina ayurvedica** nella loro culla d'origine. Alloggeremo in un **bellissimo e tranquillo resort** di piccole dimensioni, dedicato al benessere ayurvedico, affacciato sulle bianche spiagge sabbiose di Pappali Beach, nel nord del Kerala. Durante il soggiorno, riceveremo lezioni di yoga, trattamenti, consulti, cibo e bevande ayurvediche di alta qualità, e potremo rilassarci nella bella **spiaggia privata**. Si potranno organizzare escursioni giornaliere nei dintorni. Gli ultimi due giorni visiteremo la **storica città di Kochi**.

PROGRAMMA 9 giorni, 7 notti

Sabato 25 gennaio:
Volo Emirates Malpensa-Dubai-Kochi

Da domenica 26 gennaio a sabato 1 febbraio:
Meiveda Ayurveda Beach Resort, Pappali
www.meiveda.com

Da sabato 1 a domenica 2 febbraio
Fragrant Nature Hotel, Kochi
www.fragrantnature.com/HotelsKochi

Lunedì 3 febbraio:
Volo Emirates Kochi-Dubai-Malpensa

La quota comprende: al Meiveda Resort, alloggio in camera doppia a due letti (supplemento per camera singola), e quotidianamente consulto con medico ayurvedico, un trattamento ayurvedico di due ore, due lezioni di yoga e meditazione con insegnanti indiani, tre pasti ayurvedici, infusi e succhi ayurvedici durante la giornata, spiaggia privata attrezzata. A Kochi, pernottamento in hotel in camera doppia a due letti, transfer da e per l'aeroporto. Organizzazione e assistenza prima e durante il viaggio. Assistenza durante le lezioni di yoga.

La quota non comprende: viaggio a/r dall'Italia; visto per l'India; assicurazione; i pasti a Kochi; eventuali gite ed escursioni a Meiveda; ingressi a mostre e musei a Kochi; spese personali.

PER INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI

valentina.rossigallarati@gmail.com – cell 335 5242982

Il viaggio è organizzato e accompagnato da Valentina Rossi, insegnante diplomata Hatha Yoga, presidente di Yoga Feeling a.s.d., esperta organizzatrice, viaggiatrice e amante dell'India.