


15/10/2015	 La guida alle tue vacanze
Online	

Villa il Poggiale: ritiro d'autunno fra le colline del Chianti

Dettaglio Eventi e Manifestazioni San Casciano in Val di Pesa



Villa il Poggiale, la dimora storica immersa nelle colline del **Chianti**, avvia il proprio calendario di appuntamenti autunnali con il **Ritiro Yoga e Ayurveda** dall'8 al 12 novembre 2015. Aperto al pubblico e a cura delle insegnanti **Federica Ronchi** e **Cecilia Arioli**, il Seminario propone un ricco programma all'insegna del benessere, della cura della persona e del relax.

Si vedrà come **lo Yoga e l'Ayurveda**, le due scienze sorelle, si completino e compenetrino a vicenda per un vero e proprio effetto terapeutico.

Sarà possibile assaporare il **Ristorativo Yin Yoga**, una pratica lunare morbida ma efficace allo stesso tempo volta all'ascolto e al recupero delle energie e al rilascio delle tensioni psicofisiche. Verrà inoltre proposto ai partecipanti lo **Yoga Nidra** che letteralmente significa il sonno Yoga: una forma di rilassamento guidato molto profondo, addirittura molto più efficace del sonno in cui abitualmente siamo soliti scivolare ogni notte.

Il tutto "condito" da un **menù** studiato ad hoc dalla cuoca di Villa il Poggiale e da **pause rigenerative** nei dintorni alla scoperta delle belle passeggiate che lambiscono le colline del Chianti. Il tutto si inserisce in maniera naturale in un **nuovo modo di concepire la vacanza** che porta con sé un particolare modello di ospitalità: arriva in Toscana la vacanza **DeluxePartout**.

Come il passepartout, ti vengono consegnate le chiavi di un posto unico, simbolo e tesoro di tutto ciò che il nostro Paese rappresenta: bellezza, piacere, bontà, saper vivere. Una **residenza di famiglia** nella quale il lusso non è dichiarato ed è accessibile a tutti. Per respirarlo senza ostentazioni: semplicemente sobrio, familiare e garbato. Quello che si nasconde nei dettagli, nella capacità di **farti sentire a casa** in un mondo fatto di attenzioni e cura, perché sei un ospite di famiglia.

Per informazioni e iscrizioni Federica Ronchi 333/6858451, email federicaronchi1@gmail.com oppure villailpoggiale@villailpoggiale.it.

Le iscrizioni sono aperte fino a sabato 31 ottobre 2015. Sito web: www.villailpoggiale.it