



Trekking & Yoga

Settimane speciali

Escursioni & Yoga

Dal 08/06/2019 al
15/06/2019

Dal 05/10/2019 al
12/10/2019

In compagnia della guida ambientale Maria Odilia
esplorerete riserve naturalistiche, borghi e colline
della nostra splendida campagna Toscana

e insieme ad Ivonne ritroverete l'equilibrio interiore con lo
yoga.



Pernottamento in camera doppia,
inclusa pensione completa 100% bio e vegetariana

3 escursioni guidate a settimana

2 lezioni di vinyasa krama yoga a settimana

Da € 107,00 a persona / giorno

(soggiorno minimo 5 notti)



colazione, pranzo e cena

*Il nostro ristorante offre una cucina naturale,
100% biologica e vegetariana.*

*Tutti gli ingredienti provengono prevalentemente dalla nostra
azienda agricola.*



3 escursioni guidate

(lunedì mezza giornata, mercoledì e venerdì giornata intera)

Percorsi trekking fino a 20 km

con la guida ambientale Maria Odilia.



2 lezioni di yoga della durata di 60 minuti ciascuna

(martedì e giovedì mattina)

Ivonne vi accompagnerà con esercizi facili e tranquilli

ponendo sempre l'attenzione al respiro.

Yoga adatto a tutte le età e anche a persone senza esperienza.