

# MINDFULNESS NEL PARCO

Concediti un momento di riconnessione nella quiete del nostro parco secolare. Una sessione guidata di **Mindfulness** di gruppo per ritrovare presenza, leggerezza e ascolto profondo.

**Quando? il 12 e 13 luglio e il 26 e 27 luglio**

**A che ora? 8:30** – durata 1 ora – Ritrovo a La Spa nel Parco

**Cosa portare?** Un telo piscina

**Costo: € 20 a persona** (minimo 4 persone).

## INFO E PRENOTAZIONI

☎ 0521 659190  351.4059190

