



ALTAFIUMARA
RESORT & SPA

Costa Viola Seas

EXPERIENCE

Hata Yoga



LEZIONI DI GRUPPO OGNI VENERDÌ

fino al 15 Settembre 2018
dalle 18:30 alle 20:00

Quota di partecipazione: 15 €

Lezione privata: prezzo su richiesta

Numero minimo di partecipanti: 5
è gradita conferma partecipazione

Per gli Ospiti esterni a disposizione:

doccia, spogliatoio, bagni, tappetini Yoga (su richiesta),
gym corner attrezzato con i macchinari Technogym,
possibilità di tariffa di convenzione per Day Spa
ed uso della piscina esterna.

*Il corso è soggetto ad autocertificazione
da firmare al Ricevimento.*

Per info e prenotazioni

INTERNO 9 o 602 (Ospiti alloggiati)
0965.759804 (Reception Altafiumara)
info.altafiumara@montesanohotels.it

LE LEZIONI

Chi dice che in vacanza non ci si possa rilassare abbinando il calore del sole del Mediterraneo con lo Hatha Yoga? A tutti gli amanti di questa disciplina orientale portatrice di benessere psicofisico, Altafiumara Resort&Spa dedica un appuntamento speciale: lezioni singole/di gruppo a contatto diretto con la natura, per trarre benefici dall'energia rigenerativa che soffia sullo Stretto di Messina.

***"Lo Yoga non prende
tempo, ti restituisce
il tempo"***

(cit. Ganga Bianco)