



Ti invita ad un ritiro
trasformativo :
Fioritura Personale
nell'isola delle Janas.

CHIA - SARDEGNA,
PRESSO IL
DELIZIOSO
RESIDENCE CHIA

da 8 al 11 maggio 2026
Domus de Maria,
localita' Chia



GIORDANA LEGNAZZI
INSEGNANTE YIN
YOGA, YOGA NIDRA E
COUNSELOR
PSICOBIOLOGICO,
FONDATRICE DI
INNER BLOOMING, TI
ACCOMPAGNERA' IN
QUESTO PERCORSO
IMMERSIVO DI 3
GIORNI

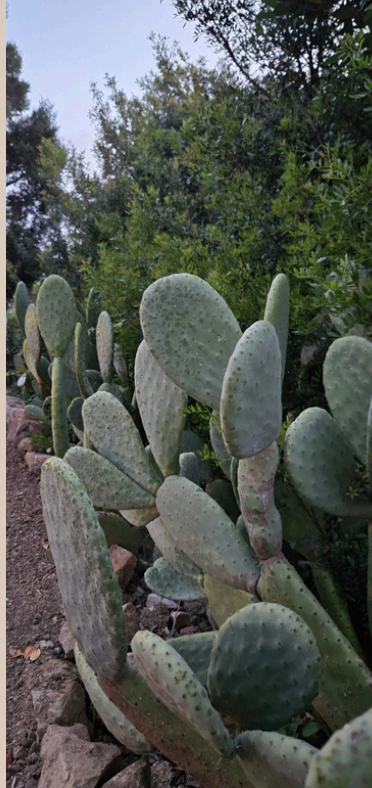
Un soggiorno
trasformativo, di cura per il
tuo corpo e la tua mente.
Attraverso pratiche
quotidiane di yin yoga,
meditazione Nidra e
counseling di gruppo,
ascolterai il tuo corpo ed
imparerai ad onorarlo.
Avrai tempo libero per
godere della natura
circostante, del silenzio, del
mare.



COSA ASPETTARTI:

2 pratiche quotidiane di yin
e nidra di circa 1,5h;
1 sessione quotidiana di
counseling di gruppo;
1 risveglio corpo mente
quotidiano.

Alloggerai in una
meravigliosa villa in pietra
a 200mt dal mare, in totale
liberta' e autonomia. Non e'
un hotel ma una residenza
privata aperta ai nostri
amati ospiti. Un ambiente
familiare fresco e curato
che ci aspettiamo tu possa
apprezzare. Condividerai gli
spazi comuni, un
meraviglioso giardino e una
terrazza vista mare.
Gusterai una ricca colazione
dolce e salata, avrai frutta
e verdura fresca sempre
disponibile, acqua e tisane.



PREZZI E PRENOTAZIONI:

EARLY BIRD ENTRO IL
28/02 2026: 390 EURO

DAL 01/03 2026 :
450 EURO

per maggiori info :
EMAIL:

giordana@innerblooming.org

MOBILE:
0046 700374196



INNERBLOOMING_COUNSELING