



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



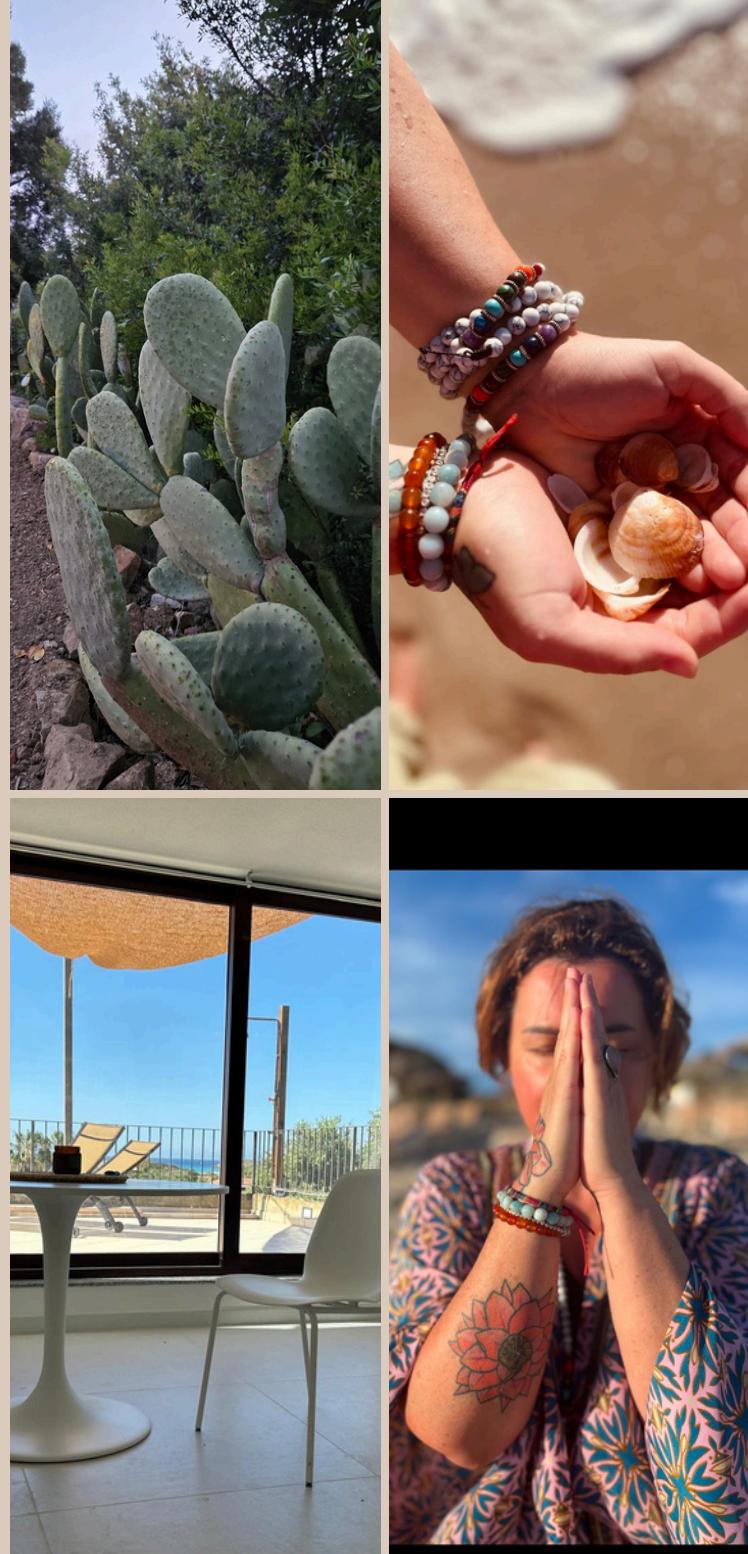
GIORDANA LEGNAZZI  
INSEGNANTE YIN  
YOGA, YOGA NIDRA E  
COUNSELOR  
PSICOBIOLOGICO,  
FONDATRICE DI  
INNER BLOOMING, TI  
ACCOMPAGNERÀ IN  
QUESTO PERCORSO  
IMMERSIVO DI 3  
GIORNI

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:

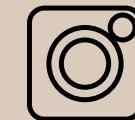
EARLY BIRD ENTRO IL 28/02 2026: 390 EURO

DAL 01/03 2026 : 450 EURO

per maggiori info :  
EMAIL:

giordana@innerblooming.org

MOBILE:  
0046 700374196



INNERBLOOMING\_COUNSELING