

Crociera dal al luglio

"Mare, Sole e...Yoga" a bordo della San marco

..“Una Crociera è diversa da un’esperienza in resort...è il blu del mare che si incontra con le splendide coste greche. Rilassarsi e praticare yoga nelle bellissime lagune, a bordo della splendida goletta San Marco”..

Questa crociera è dedicata a tutti coloro che amano il mare e vogliono rilassarsi depurarsi e ricaricarsi di energia. Infatti durante la crociera al mattino ed al tramonto ci saranno degli spazi dedicati alla pratica di yoga e meditazione durante i quali potrete prendervi cura di voi, approfondire la consapevolezza del vostro corpo e della vostra mente.



Inoltre a bordo della San Marco c'è la possibilità di gustare un ricco e curato menu' vegano .

Le sessioni di yoga e pranayama sono aperte a tutti con un'attenzione particolare alla postura.



Il prezzo per persona per lo yoga è di 20€ a persona per 2 lezioni al gg.

Insegnante di Yoga Daniela Fusetti : Pratica yoga dal 2007 in diversi stili (Hatha, vinyasa e Kundalini yoga) .Ha conseguito il diploma di yoga integrale presso la scuola Samadhi a Firenze nel Dicembre 2011. Nel dicembre 2016 ha seguito il seminario di Postura e yoga presso la scuola di Milano Zoe Dynamic. Attualmente insegna yoga a Torino .

