

# ACCADEMIA DELLA MEDITAZIONE

## *PERCORSI E WORKSHOP 2025*

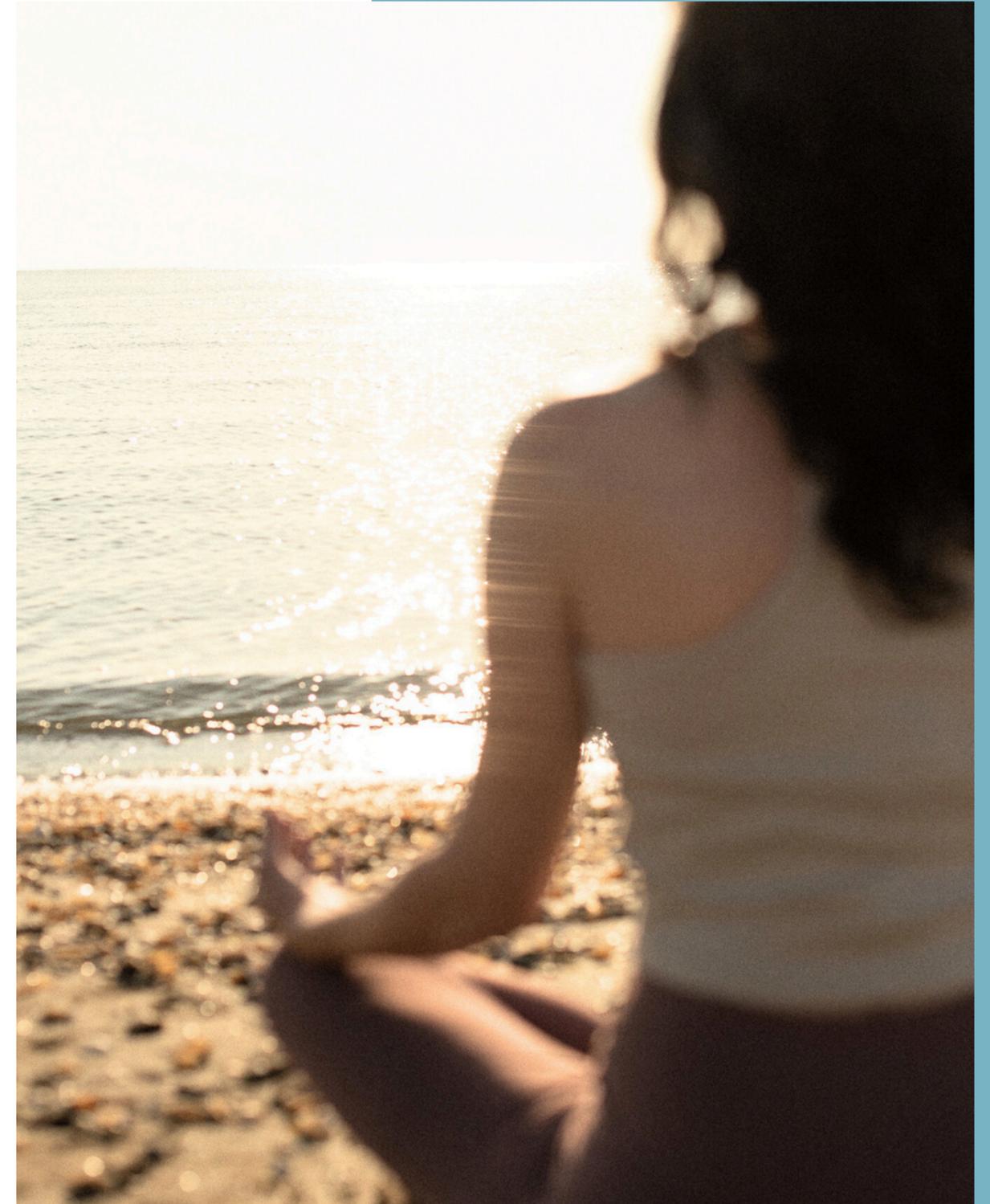
GENNAIO: VISUALIZZA

FEBBRAIO: Risveglia la tua energia,  
percorso di Yoga con Susanna Casali

MARZO: Calma con la natura

APRILE: Workshop Pranayama

MAGGIO: INTRODUZIONE ALLA  
RIFLESSOLOGIA con Giulia Bordin



# ACCADEMIA DELLA MEDITAZIONE

## *PERCORSI E WORKSHOP 2025*

**GIUGNO:** BENVENUTA ESTATE

**LUGLIO:** NATUROPATIA PER IL CALDO, con  
Giulia Bordin

**SETTEMBRE:** NO STRESS - Meditazioni serali da  
praticare per lasciare andare lo stress della  
giornata

**OTTOBRE:** Perdona e lascia andare, percorso di  
yoga con Susanna Casali

**NOVEMBRE:** MEDITAZIONE AVANZATA

**DICEMBRE:** workshop SOLSTIZIO D'INVERNO

