



ARMONIA DIGESTIVA:
Mente calma & Digestione Sana
con il Maestro Zhen Hua Yang
24–31 Maggio, 2025
In Italia presso Yoga in Salento

Programma del Ritiro

Sabato, 24 Maggio

- Dalle ore 14:00 Arrivo in Agricola Samadhi, Check-in e sistemazione nella camera.
- 19:00 Cena vegetariana preparata con verdure biologiche “dall’orto alla tavola”

Domenica 25 Maggio – Giovedì 29 Maggio

- 8.00 – 11.00 Pratica mattutina con Master Yang
- 11.00 Brunch vegetariano preparato con prodotti biologici
- 16.00 – 19:00 Pratica pomeridiana con Master Yang
- 19.30 Cena vegetariana preparata con verdure biologiche “dall’orto alla tavola”

Venerdì 30 Maggio

- 8.00 – 11.00 Pratica mattutina con Master Yang
- 11.00 Brunch vegetariano preparato con prodotti biologici
- 16.00 – 19:00 Pratica pomeridiana con Master Yang
- 19.30 Cena vegetariana preparata con verdure biologiche “dall’orto alla tavola”
- 21.00 – 22.30 Party night

Sabato 31 Maggio

- 7.00 – 9.00 Pratica mattutina con Master Yang
- 8.00 – 10.00 Colazione vegetariana con torte genuine, frutta di stagione e marmellate artigianali
- 10.00 Check-out, è possibile lasciare i bagagli in reception e rimanere tutta la giornata in struttura