

week-end

Cambia Mente

24-26 gennaio 2025

Nel Parco Nazionale del Cilento



PERCORSO "THE SIMPLE PATH" (3gg)

I metodi di benessere a cura di **Daniele Boido**, autore del libro "The human being of the future", psicoterapeuta, ipnoterapeuta, istruttore di PNL e di pilates, e fondatore del Percorso semplice (The Simple Path), sono un insieme di conoscenze derivanti anche dall'antica tradizione orientale come la meditazione, yoga e arti marziali. Daniele è stato alcuni decenni il "Guru delle Stars" come l'ha definito il Times di Londra e da qualche anno ha eletto come sua dimora stabile proprio il Cilento.

Daniele Boido sarà una risorsa esclusiva del nostro Resort presso il quale terrà conferenze, workshop, laboratori olistici.

I temi trattati saranno:

- Il vero e semplice percorso spirituale che tutti possono fare da soli.
- La vera spiritualità. Connessione con l'ambiente, gli elementi naturali e i valori umani.
- Come in pochissimo tempo si possono risolvere i problemi che ci affliggono da sempre e diventare veramente esseri Liberi.
- Che cose' l'energia vitale e come assorbirla
- Come funziona il corpo, il cibo ideale e la respirazione corretta per poter assimilare questa energia.
- La differenza tra il rilassamento la concentrazione la visualizzazione e la meditazione e come praticarli.
- Come funziona la mente e come capire i nostri pensieri e le nostre emozioni
- Pulizia mentale e emotiva. Come liberarci dalla prigione mentale e creare il futuro che desideriamo.

week-end Cambia Mente



PROGRAMMA

VENERDÌ 24 GENNAIO 2025

14:00 Arrivo in Resort

16:00-18:00 Introduzione metodo "THE SIMPLE PATH" a cura di Daniele Boido

19:30 – 20.30 Cena in Resort

Dopo cena: "The Simple Path" sessione di rilassamento con Daniele



SABATO 25 GENNAIO 2025

08:00-09:00 Colazione

09.30 Partenze per escursione nel Parco Nazionale del Cilento alla scoperta del bello e dell'emozioni

10:30-13:30 Pratica metodo "The Simple Path" mente, pensieri, emozioni e visualizzazione

13:30-15:00 pranzo con degustazione di prodotti tipici della Dieta Mediterranea e a Km 0

15:00-16:30 "The Simple Path" connessione con gli elementi della natura e le qualità umane

16:30-17:30 Aperitivo cilentano al tramonto

17:30 Rientro in Resort

19:00 – 20.00 Cena in Resort

Dopo cena: "The Simple Path" sessione di concentrazione con Daniele

DOMENICA 26 GENNAIO 2025

08:00-09:30 Colazione

10:00-13:00 "The Simple Path". Respiro, suoni, meditazione.

13:00-14:00 Pranzo in Resort

14:00-16:00 "The Simple Path" Riflessioni e chiarificazione finali sul metodo "

Soggiorno dal 24 gennaio al 26 gennaio 2025 (2notti/3gg) in trattamento pensione completa

QUOTAZIONE NETTA ADULTO € 100,00 - QUOTAZIONE PROGRAMMA "THE SIMPLE PATH" € 60,00 - ESCURSIONE NEL PARCO NAZIONALE DEL CILENTO CON DEGUSTAZIONE TIPICA € 30,00 - CAMERA SINGOLA + € 50,00

TOTALE EXPERIENCE € 190,00

Un insieme di conoscenze antiche unite ai metodi moderni

LA QUOTA COMPRENDE:

- Dimora da 2 a 4 posti letto con riscaldamento/aria condizionata - Biancheria da letto e da bagno - 3 colazione, 1 pranzo + degustazione tipica del Cilento e 2 cene - Percorso "The Simple Path" 3gg a cura di Daniele Boido - 1 escursione nella natura del Parco Nazionale del Cilento con pratica percorso "The Simple Path" e degustazione di prodotti tipici della Dieta Mediterranea e a Km 0 - Servizio transfert da/per stazione di Pisciotta-Palinuro - Parcheggio - Wi-Fi

PER INFO E PRENOTAZIONI: Claudia o Silvana 3939245113 - 0974/976079

info@baiadelsilenzio.it - www.baiadelsilenzio.it