



SETTIMANA BENESSERE GRECIA IN VELA

Programma Benessere

Programma compreso nella quota:

1. Un **massaggio ayurvedico** in barca
2. Una **lezione di yoga** al giorno (Water Qi Gong ball, Partner Yoga, Dynamic Yoga)
3. Una **lezione di rebirthing** in acqua e/o a terra
4. Possibilità di **meditazione guidata** dei 5 elementi al mattino e al tramonto per chi lo desidera

Inoltre sarà possibile prenotare durante la settimana trattamenti benessere a pagamento direttamente in barca:

- Massaggio ayurvedico
- Massaggio in acqua (Water Emotional Release)
- Thai foot massage
- Massaggio stretching e culle del corpo

Un'operatrice wellness dello staff dello **Studio medico e Centro estetico Pulchra Venus** di Senigallia, sarà imbarcata appositamente durante la settimana benessere.

Il programma può essere personalizzato dall'operatrice in base alle richieste degli ospiti.



STUDIO MEDICO & CENTRO ESTETICO

www.pulchravenus.it