



LOVRANSKE VILE

One with Nature • One with Life

ATTIVITÀ

Yoga

Praticando lo yoga imparerete a respirare rilassati e adeguare il modo di respirare alle diverse posizioni del corpo nello yoga. Yoga aiuta anche a riparare una postura sbagliata, aumentando la consapevolezza interna, rinfresca il corpo e rafforza i punti deboli. Grazie a questo esercizio migliorerete la vostra forma e vitalità ed avrete una visione più profonda nel modo di come lo yoga possa cambiare la vita.

50 min / 300kn

Respirazione e rilassamento

Imparate le tecniche di una respirazione moderata per raggiungere più energia e ridurre lo stress.

50 min / 300kn

Meditazione

Con la meditazione trovate i momenti del rilassamento mentale. Tornate nella vostra vita quotidiana rinfrescati e pieni d'energia.

50 min / 300kn

www.lovranske-vile.com | sales@lovranske-vile.com | +385 51 294400

Lovranske vile d.o.o. | Lovran - V. C. Emina II