



Tutto un altro viaggio: Spiritualità, Vitalità, Benessere

Lucia Giovannini
e Nicola Riva



I CORSI DI **Bless You!**





Tutto un altro viaggio: Spiritualità, Vitalità, Benessere

Bless You!

CORSO di 8 Giorni

data / 23 febbraio - 2 marzo 2019

sede / Phuket Thailandia

ore / 8 giorni

Corso in lingua ITALIANA e INGLESE



*“Visitare terre lontane e parlare
con genti diverse rende saggi
gli uomini”*

M. de Cervantes

*Nella cornice magica e naturale di una
Tailandia inedita per ritrovare - a
contatto con gli elementi primordiali:
sole, aria, terra, cielo, silenzio.
Per portare Equilibrio ed Energia nel
corpo, Pace nella mente,
Connessione nel cuore.*

ATTIVITÀ COMPRESSE:

- Meditazioni giornaliere
- Chi -kung, Tai-chi
- Insegnamenti quotidiani del metodo “Tutta un'altra vita™”
- Momenti di attività e visite si alterneranno a momenti di “seminario” veri e propri
- Seduta di Breathwork in acqua
- 2 massaggi terapeutici per persona in due centri tradizionali di massaggi di Phuket
- 2 gite speciali a sorpresa
- Bagno di vapore ai bordi della foresta intriso di erbe aromatiche medicinali
- Cerimonie di purificazione e benedizione (almeno una, in concomitanza con le fasi lunari)
- Incontri coi monaci buddisti Theravada ai templi.
- Visita ai famoso “tempio della foresta”, nella zona di Krabi e al tempio della Montagna nella baia di Pang Nga
- Visita al parco nazionale di Layan beach
- Relax sulla spiaggia e nella foresta e bagni di mare
- Alloggio in camera doppia (king bed) in suite con cucina sulla laguna (200mt dal mare)
- Prima colazione compresa



PROGRAMMA

1° GIORNO

Arrivo a Phuket, trasferimento in hotel, relax e inizio corso alle 16. Pernottamento in hotel.

DAL 2° AL 7° GIORNO

Phuket giornate dedicate alla spiritualità, alla vitalità e al benessere nella bellezza rilassante dell'isola. Svegliarsi accolti da una festa di colori e sapori di prelibata frutta tropicale, le fronde delle palme che ondeggiavano nella brezza, l'acqua cristallina dell'Oceano Indiano e le isole verde smeraldo che stuzzicano il vostro sguardo.

Un viaggio all'insegna del relax e della presa di coscienza; massaggi curativi che stimolano e riequilibrano le linee energetiche del vostro corpo; ai bordi della foresta, vestiti solo del tradizionale sarong, i bagni di vapore intrisi di antiche erbe medicinali che disintossicano il vostro organismo; preghiere e meditazione nei templi buddisti, assieme a monaci Theravada che cantano mantra, cerimonie di benedizione coi monaci, visita dei templi della foresta; esercizi di tai chi e chi kung; bagni nell'acqua calda e

cristallina dell'oceano; esercizi di consapevolezza, esercizi di respiro nell'oceano, passeggiate lungo le spiagge tropicali, escursioni per scoprire quelle parti dell'isola ancora autentiche e non colonizzate dal turismo di massa. Una giornata dedicata ad una escursione ai templi della foresta.

Pranzo e cena liberi (alcuni organizzati in loco e tutti insieme). Pernottamento in hotel con prima colazione. Durante il tempo libero c'è la possibilità di altre attività extra in loco, quali corso di cucina thai, shopping nei mercatini locali, thai boxe, snorkeling e scuba diving, fruit carving, yoga..)

8° GIORNO / PHUKET – ITALIA

Ultima sessione di corso e cerimonia del dono.

Chiusura del corso entro la mattinata.

Nel tardo pomeriggio trasferimento in aeroporto ed imbarco sul volo di rientro per l'Italia.

Arrivo in Italia nella mattinata successiva.

Sia prima che dopo è possibile estendere il soggiorno a Phuket o in Thailandia.





“Siamo letteralmente innamorati della Thailandia, della sua natura, dei suoi templi, della sua cultura, del suo sole, del suo cibo, della sua spiritualità, del suo popolo.

Raramente accade che così tante cose magnifiche e profonde siano disponibili in un unico luogo.

Abbiamo scelto di condividere in questo seminario la nostra esperienza ed il nostro modo di vivere ed interpretare giorno per giorno l'isola di Phuket affinché anche altre persone possano percepire la stessa magia e portarla nella propria vita”



INDICAZIONI UTILI E COSA PORTARE

- abiti comodi
- maschera, boccaglio, clip per il naso per il Breathwork in acqua; altrimenti si possono comperare in loco
- abiti bianchi per le cerimonie nei templi
- un dono incartato per la cerimonia del dono
- adatto a tutte le età: per partecipare alle attività del seminario l'età minima richiesta è 16 anni.
- possibilità di chiedere baby sitter in loco (quotazione su richiesta)
- ogni suite è dotata di cucina attrezzata, per cui è possibile cucinarsi i pasti in camera



DICONO DI QUESTO CORSO

“E' un corso fantastico! L'anno scorso ho ritrovato la forza e la determinazione. Sono rientrata e la mia vita si è trasformata. Quest'anno ho sperimentato pace mentale e amore incondizionato e ho migliorato moltissimo la relazione con me stessa. L'anno prossimo torno!!”

Ingrid- Belgio

“L'esperienza è stata superiore alle più rosee prospettive e aspettative: non mi è mai capitato di vivere un'esperienza così intesa per emozioni, amore, compassione e comprensione con persone mai conosciute prima”

Nicoletta- Italia

“Un corso unico e indimenticabile, ha portato miracoli nella mia vita!”

Doreen -Olanda

È BENE SAPERE CHE

PERNOTTAMENTI

Phuket, Hotel Esclusivo - molto bello - 4 stelle (suite con bagno privato e cucina) immerso in un parco sulla laguna, a soli 2 minuti dal mare e dalle spiagge più belle.

INCLUSO

- Assistenza a Phuket
- Visite come da programma
- Prima colazione in hotel
- Pernottamenti in hotel in camera doppia (King bed)
- Auto o minibus per i trasferimenti durante il corso
- Workshop di crescita personale
- Escursione di 1 giornata a Krabi, Pang Nga
- Attività come da programma (massaggi, saune, seduta di respiro, tai chi, meditazione..)
- Materiale vario
- Uso della navetta dell'hotel
- Internet WIFY gratuito in tutto l'hotel

ESCLUSO

Trasferimenti da/a aeroporto (quotazione si richiesta)

I pasti ed eventuali visite/escursioni non specificate in programma

Bevande e acqua minerale

Eventuali mance per autisti, guide, facchini, Spese personali quali telefonate, lavanderia,

Eventuali tasse aeroportuali

Voli internazionali e nazionali

Quanto non indicato in programma



MINIMO 10 PARTECIPANTI CORSO IN LINGUA ITALIANA E INGLESE

Voli liberi a discrezione di ogni partecipante.

Per chi lo desidera viaggio prenotato e coordinato da BlessYou!

Se possibile consigliamo di arrivare un giorno prima dell'inizio del corso.

SUPPLEMENTI

- **Camera singola euro 360**

Se si è single e non si desidera pagare supplementi, chiedere se disponibile un posto donna o uomo. (la camera ha un letto king cioè matrimoniale grande).

Volo internazionale ed estensione in Thailandia su richiesta.

- **Pick up da e per aeroporto** su quotazione.



“Ogni viaggio che meriti di essere fatto è un viaggio nel tempo, oltre che nello spazio. Quando sbarchiamo dall’aereo finiamo in secoli diversi, persino in idee diverse del tempo. I posti migliori sono quelli che confondono tutte le nostre certezze e ci offrono modi diversi di guardare al passato, al futuro e anche al presente che prende forma intorno a noi.”
Pico Iyer





MODALITÀ DI ISCRIZIONE

Versamento di quota di prenotazione di 500 euro (non rimborsabile) al momento della prenotazione. Saldo entro 31 dicembre 2018 a pena di perdita della prenotazione.

Per motivi di prenotazioni, soprattutto aeree ed alberghiere, è importante prenotare il prima possibile, e comunque almeno 60 giorni prima della partenza prevista.

Questi prezzi sono ancorati al rapporto di cambio di marzo 2018 e possono essere soggetti ad adeguamento.

ASSICURAZIONE

È obbligatorio avere una assicurazione personale (es: Globy Mondial Assistance, www.globy.it). L'assicurazione si può stipulare su internet o presso agenzie di viaggio (costo circa 85 euro).

MODALITÀ DI RINUNCIA

È possibile rinunciare alla propria partecipazione in ogni momento prima del 31 dicembre 2018 senza penali salvo la trattenuta della quota di prenotazione. Dopo il 31 dicembre 2018 è ancora possibile rinunciare ma senza diritto ad alcuna restituzione di quanto pagato per rinunce non imputabili a **BlessYou International** o a **Sacred Tree Ltd**

Corso riservato ai soci di BlessYou! Membership card: €25

importo / 1990 euro

promo /

Per iscrizione entro 30/11/2018 euro 1790

Per iscrizione entro 10/10/2018, euro 1590

CORSO ORGANIZZATO DA SACRED TREE LTD. & BLESSYOU INTERNATIONAL

Lucia Giovannini e Nicola Riva

Lucia Giovannini ha un Doctorate in Psychology e Counselling, un Bachelor in Psycho-Anthropology ed è membro dell'American Psychological Association. È co-fondatrice di Blessyou e di L'UCE - Libera Università di Crescita Evolutiva e co-direttrice dell'Istituto Italiano di Neuro-Semantica. Master Trainer di Firewalking, e di Breathwork, Trainer di PNL e Neuro-Semantica (ISNS USA), Coach certificata (ACMC USA), Insegnante degli insegnanti di Heal your life. Louise Hay per l'Italia, la Thailandia e la Svizzera italiana..

Lucia Giovannini è l'autrice dei best seller **Tutta un'altra vita**, di **Mi merito il meglio**, di **Il Crudo è servito** e di **Libera la tua vita** oltre che di diversi dvd e cd formativi.

Nicola Riva è laureato in Giurisprudenza, ha un Doctorate in Psychology e Counselling, è membro dell'American Psychological Association. È Master Trainer di Firewalking, Trainer di PNL e Neuro-Semantica (ISNS USA), Coach (ACMC-USA) per executives, atleti e scuole, Professionista ed esperto di tecniche di respirazione (Breathwork, Rebirthing, Transformational Breath, Qi Qong), Advanced Louise Hay Teacher, cintura nera 1° dan di Karate e di Tai-Chi.



INFORMAZIONI ISCRIZIONI: education@blessyou.me +393771184138

BlessYou International - Info date: www.blessyou.me - www.luciagiovannini.com



GALLERY 2012-2018
TUTTO UN ALTRO VIAGGIO:
SPIRITUALITÀ, VITALITÀ, BENESSERE

Phuket e dintorni

