

ALPINER RÜCKZUG „FÜR MICH“ VOM KLANG ZUR STILLE

**Widme Dir Zeit und Raum in der Natürlichkeit der Berge,
mit einem bewussten Erwachen der Sinne.**

Im Juli 2019 - Datum wird noch bekanntgegeben!

mit Musiktherapeut Fabio Circelli u. Klangmasseurin Anna Matteazzi



Aktivitäten:

- Statische und dynamische Meditation, mit Musik und tibetischen Klangschalen sowie in Stille, Eigenmassage Do-in, sanftes Yoga des Erwachens.
- Ruhige Wanderungen mitten im einmaligen Hochplateau der Plätzwiese (Pragsertal-Dolomiten).
- Auf Wunsch Einzelsitzungen: Tibetische Klangmassage, Prana-, Musiktherapie und Counseling.

Unterkunft und Verpflegung:

- Private Hütte auf der Plätzwiese, gelegen im Naturpark Fanes-Sennes-Prags auf 2000 m Höhe, der zum UNESCO-Weltnaturerbe gehört. Einzigartiges Panorama auf die umliegenden Dolomitengipfel und eine himmlische Ruhe.
- Almhütte mit Elektrizität, Wasser im Kanister, Küche mit Holzofen und Gasherd, Schlaflager mit 10 Matratzen, Plumpsklo, 2 Stuben mit Tischen, Stühlen und Holzofen.
- Vegetarisches Menü, gemeinschaftliches Kochen u. Putzen.



Mitnehmen:

- Schlafsack, angenehme Kleidung, Bergschuhe, Turnschuhe, Hausschuhe, Flasche und Rucksack.

Zeit:

- Treffpunkt am Donnerstag um 16:00 auf dem unteren Parkplatz der Plätzwiese, Ortschaft Brücke.
- Busfahrt zum oberen Parkplatz und 20 Min. Fussweg bis zur Almhütte
- Sonntag Rückkehr um ca. 16:30 von der Plätzwiese

Beitrag:

- 350€ für Unterkunft, Verpflegung u. Kursaktivitäten
- Einzelsitzungen auf Wunsch: Ausgleich vor Ort 60€

Infos und Anmelden:

Anna Matteazzi tel. 339 4662753, email: info@anklang.it

Fabio Circelli cel. 338 1919568, email: fabio.circelli@libero.it

