



midimar



IL TEMPO SOSPESO

11-13

SETTEMBRE

**VULCANO
ISOLE EOLIE**

**ABITARE IL TEMPO SOSPESO.
CREARE SPAZIO. INIZIARE A VIVERE.**

Un retreat One-Health di rigenerazione interiore
attraverso **yoga, poesia, trekking** e natura.

Dopo l'estate arriva un tempo prezioso: quello in cui possiamo fermarci, osservare ciò che è rimasto in sospeso e scegliere con maggiore consapevolezza come vivere i mesi che verranno.

Il Tempo Sospeso è un'esperienza dedicata a chi desidera alleggerire il superfluo, ritrovare energia e dare significato al proprio tempo.

PER CHI È QUESTO VIAGGIO

- > Per chi sente il bisogno di rallentare.
- > Per chi vuole trasformare stress, ansie e paure in risorse.
- > Per chi ha progetti, sogni o aspetti della propria vita rimasti incompiuti.
- > Per chi desidera ritrovare chiarezza, leggerezza e direzione.
- > Per chi ama la crescita personale, la natura, lo yoga e la poesia.

I FACILITATORI

Francesco Tassone

Poeta, insegnante di Yoga, viaggiatore e autore de "La Scienza della Poesia".

Accompagnerà i partecipanti attraverso il Poetry Yoga, i Tarocchi, il trekking, e la pratica trasformativa alla scoperta e liberazione della propria poesia interiore.

Dott.ssa Rosa Calabrò

Psicologa-psicoterapeuta

Accompagnerà i partecipanti attraverso l'ascolto e la cura, verso una rinnovata consapevolezza di sé.





midimar



IL TEMPO SOSPESO

11-13 SETTEMBRE
VULCANO - ISOLE EOLIE

PROGRAMMA

Venerdì 11 Settembre

Mattino	Arrivo e benvenuto <i>Aperitivo di benvenuto, sistemazione negli alloggi, relax e piscina.</i>
Pomeriggio	17.00 Poetry Yoga e cerchio di apertura 20.30 Cena conviviale
Dopo cena	Cerchio di condivisione

Sabato 12 Settembre

Mattino	HathaYoga e carta-guida del giorno <i>A seguire, colazione.</i> Escursione in barca <i>Nei luoghi iconici dell'arcipelago, con momenti di contemplazione e insight poetico. Rientro nel pomeriggio.</i>
Pomeriggio	Incontro terapeutico e laboratorio <i>Tema guidato</i>
Sera	Cena e festa del Tempo Sospeso in terrazzo sul mare con dj e musica dedicata <i>Dress code stile James Bond (estivo)</i>

Domenica 13 Settembre

Mattino	Yoga e carta-guida conclusiva individuale <i>A seguire, colazione.</i> Escursione al Vulcano <i>Rientro e relax in piscina.</i> Incontro terapeutico conclusivo <i>Poesia interiore</i> Scrittura della propria Poesia Interiore <i>Tempo libero e rientro.</i>
---------	--

GLI STRUMENTI DEL PERCORSO

- > Hatha Yoga, mindfulness.
- > Tarocchi come strumento simbolico.
- > La Scienza della Poesia.
- > Condivisione a tema.
- > Natura, trekking, mare ed esperienze guidate sul territorio.

COSA PORTERAI A CASA

- > Chiarezza mentale ed emotiva.
- > Strumenti pratici per gestire stress e paure.
- > Una nuova relazione con il tempo.
- > Nuove connessioni umane di qualità.
- > La tua Poesia Interiore.
- > Una direzione chiara per il nuovo anno.

**QUOTA DI PARTECIPAZIONE IN CAMERA
DOPPIA O MATRIMONIALE: € 670,00**

**SUPPLEMENTO PER SISTEMAZIONE
IN CAMERA SINGOLA: € 180,00**

NELLA QUOTA È INCLUSO:

- > Tre giorni con trattamento di mezza pensione (incluse due cene) presso il Life Resort "Mari del Sud" Vulcano – Isole Eolie
- > Sessioni come da programma
- > Serata danzante con dj
- > Escursione in barca
- > Escursione al vulcano

NON È INCLUSO:

- > Tutto quanto non specificato alla voce precedente.





midimar



IL TEMPO SOSPESO

11-13 SETTEMBRE
VULCANO - ISOLE EOLIE

VULCANO - ISOLE EOLIE

Vulcano è un luogo scelto, che invita naturalmente al rallentamento e all'ascolto. Terra di fuoco e di mare, custodisce un'energia antica che accompagna il visitatore in un viaggio fatto di silenzi, profumi mediterranei e paesaggi capaci di lasciare il segno.

Vulcano non è soltanto una destinazione: è un'esperienza che parla al cuore e che accompagna ogni persona verso una più autentica connessione con la propria natura interiore e con la potenza, ben visibile del nostro pianeta.

IL NOSTRO RESORT

Life Resort Mari del Sud

Ad accoglierci durante questa esperienza sarà il Life Resort Mari del Sud, una delle strutture più apprezzate dell'isola, immersa nella quiete e nei colori tipici delle Eolie.

Circondato da giardini mediterranei e affacciato su uno dei tratti più suggestivi di Vulcano, il resort offre ambienti confortevoli e spazi pensati per il benessere e il relax. La grande piscina, le aree dedicate alla tranquillità e la adiacenza al mare creano un'atmosfera ideale per rigenerarsi e vivere pienamente ogni momento del life - retreat.

Un luogo dove comfort, natura e ospitalità si incontrano, rendendo ancora più speciale il percorso di crescita personale e di riconnessione con sé stessi che vivremo insieme.

COME ARRIVARE A VULCANO

Via Mare: Collegamenti diretti in aliscafo sia da Reggio Calabria (1h30m) che da Milazzo (45 min).

In Aereo: Aeroporti consigliati. Reggio Calabria e Catania.

Potete contattare la nostra agenzia per pianificare insieme il viaggio più agevole

