



Giulia  
Marcelli  
YOGA E MEDITAZIONE



# Langhe Retreat ALKEMIC BODY

17-19 APRILE

*La casa nel Bosco*



# Alkemic Body



Alkemic Body è un'esperienza immersiva di tre giorni dedicata al corpo come spazio di **trasformazione**.

Un ritiro per rallentare, ascoltare e permettere al movimento, all'energia e alla presenza di intrecciarsi in modo naturale. Attraverso pratiche corporee, rituali, creatività e contatto con la natura, il corpo diventa un luogo vivo, sensibile, alchemico.

Non si tratta di fare di più, ma di **sentire meglio**. Ogni proposta è un invito a entrare in relazione con sé, senza forzare, senza dover arrivare da qualche parte.



# GIORNATA TIPO

*Cosa ti aspetta:*

h  
7:30 Yoga & Meditazione

h  
9 Colazione

h  
10:30 Workshop/ relax

h  
13 Pranzo

h  
17 Workshop/ relax

h  
20 Cena

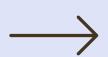
h  
21:30 Relax, chill o yoga nidra

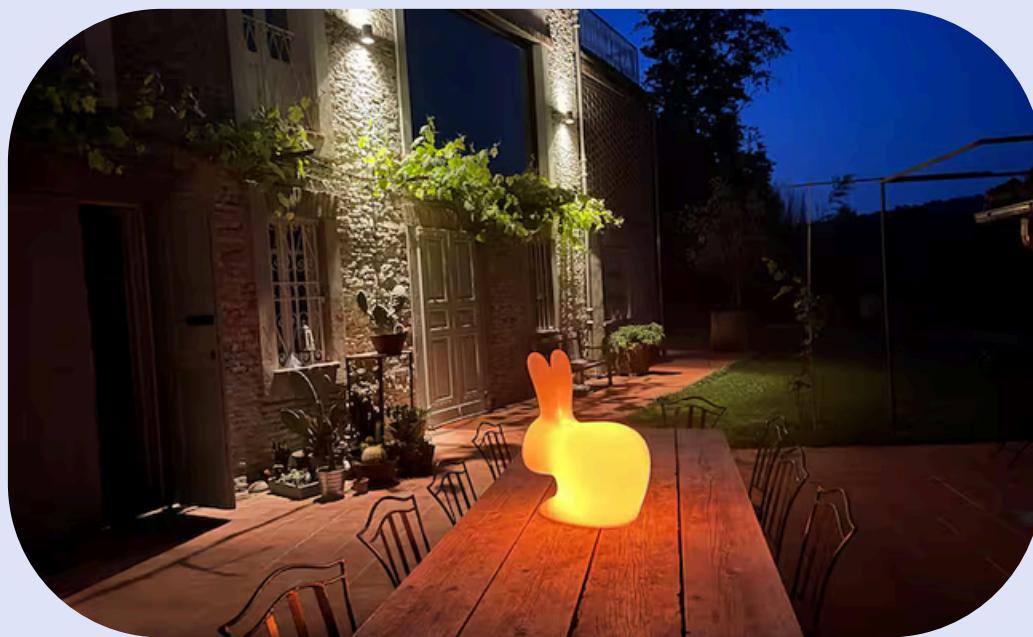
# location

Il ritiro si svolgerà a **La Casa nel Bosco**, una cascina immersa nella natura delle Langhe, circondata da alberi, silenzio e spazi aperti.

È un luogo che sostiene naturalmente il rallentamento e la presenza, lontano dal rumore e dai ritmi quotidiani.

Qui il tempo si distende e il bosco diventa parte integrante dell'esperienza: non solo uno sfondo, ma un vero alleato del processo.







Il sonno è conciliato dal silenzio in cui si trova la nostra dimora. Le camere sono finemente arredate e suddivise in stanze matrimoniali, doppie o triple.

# *nutri corpo e anima*

Durante il ritiro  
saremo  
accompagnati da  
una cucina  
**vegetariana**,  
pensata come parte  
integrante  
dell'esperienza.

Il cibo sarà  
semplice, stagionale  
e nutriente,  
preparato con  
attenzione e rispetto  
per il corpo e per i  
suoi ritmi.





**Graziella**, la nostra chef privata, si occupa di preparare per noi ogni pasto trasformandolo in un momento di ascolto, presenza e integrazione del lavoro svolto durante le pratiche.



# la Tua guida

Il retreat è guidato da **Giulia Marcelli**, insegnante di yoga e fondatrice di Yoga nella Torre e Studio Riberì.

Il suo insegnamento nasce dall'incontro tra lavoro corporeo, pratiche energetiche e ascolto profondo del respiro.

Negli anni ha integrato diversi strumenti: movimento consapevole, yoga in varie forme, sound healing, tarocchi, scrittura creativa e altro.

Giulia ha studiato e continua a formarsi in diversi paesi del mondo e ama intrecciare strumenti provenienti da culture lontane, che trasmette durante le sue lezioni.



Il suo approccio non è performativo né rigidamente strutturato: ogni pratica è adattata al contesto, al gruppo e al momento presente.

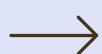
**Al centro dell'insegnamento c'è il corpo:  
reale, con i suoi ritmi, le sue fasi e le sue trasformazioni.**



# spirito di collaborazione

Grazie a collaborazioni consolidate negli anni, avremo l'onore di lavorare con professionisti qualificati e brand importanti nel mondo olistico.

Utilizzeremo i prodotti Olfattiva, tisane di Orto di Patty e su richiesta Sara possibile avere trattamenti individuali.



# INFORMAZIONI *importanti*

IL RETREAT INIZIA ALLE  
H 15 DI VENERDÌ 17  
APRILE E TERMINA ALLE  
H 15 DI DOMENICA  
19 APRILE.

OGNI GIORNO CI  
SARANNO LABORATORI E  
MASTERCLASS TEORICI E  
PRATICI TENUTI DA  
PROFESSIONISTI.

LE ATTIVITÀ SONO  
ADATTABILI A TUTTI, SE  
CI SONO CASI DI  
PATOLOGIE O SITUAZIONI  
PARTICOLARI VANNO  
SEGNALATI PRIMA  
DELL'ISCRIZIONE COSÌ  
COME EVENTUALI  
RESTRIZIONI O ALLERGIE  
ALIMENTARI.

I PARTECIPANTI  
VERRANNO MESSI IN  
CONTATTO PRIMA  
DELL'INIZIO DEL  
RETREAT DI MODO DA  
ORGANIZZARE  
EVENTUALI PASSAGGI PER  
CHI NON FOSSE  
AUTOMUNITA/O.

# Contributo di partecipazione

## INCLUDE:

TUTTI I PASTI, PERNOTTAMENTO,  
PRATICHE QUOTIDIANE DI YOGA E  
MEDITAZIONE IN DIVERSI STILI,  
UNA MASTERCLASS DI  
MOVIMENTO SOMATICO, RITUALE DI  
LUNA NUOVA.

NON INCLUDE: COSTI DI TRASPORTO,  
SESSIONI INDIVIDUALI, MASSAGGI,

**TRIPLA**

EARLY BIRD  
ENTRO IL 15/02

480 €

PREZZO  
PIENO: 510 €

**DOPPIA**

EARLY BIRD  
ENTRO IL 15/02

580 €

PREZZO PIENO  
610 €

PER PRENOTARE È NECESSARIO UN  
ANTICIPO PARI AL 50% DEL COSTO TOTALE  
DEL RETREAT, NON RIMBORSABILE.

PER GARANTIRE L'ESCLUSIVITÀ

DELL'ESPERIENZA,

I POSTI SONO LIMITATI.

INVIACI LA TUA CANDIDATURA:

[YOGANELLATORRE@GMAIL.COM](mailto:YOGANELLATORRE@GMAIL.COM)