

RESPIRA ~ MUOVITI ~ IMPARA ~ RICARICATI

13-15 novembre 2026

# Langhe Retreat



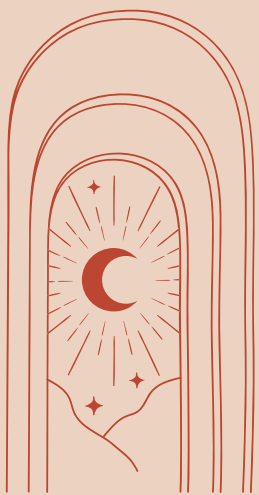
Giulia  
Marcelli  
YOGA E MEDITAZIONE





Immagina di praticare  
**yoga in una yurta,**  
nel cuore della  
Langa Astigiana,  
tra i colori dell'autunno  
e le colline.



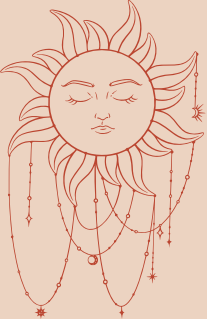


# Dormendo in un bio-agriturismo



Che offre cucina ed **ospitalità familiare**  
tra vigne, noccioleti ed orto.

Un giardino con **biolago**  
dove rilassarsi in tranquillità  
ed una **zona Wellness**



# cosa faremo?

## **Venerdì**

h 15 check in  
pratica yoga  
workshop  
wine tour & tasting  
cena



## **Sabato**

pratica yoga  
colazione  
percorso benessere con  
rituale e bagno sonoro  
pranzo  
mindful walking  
e visita Erboristeria Negro  
cena  
yoga nidra



## **Domenica**

pratica yoga  
colazione  
workshop  
pranzo  
cerchio finale



io ti accompagnerò



Sono Giulia Marcelli, sono praticante e insegnante di **yoga e di meditazione.**

Amo unire allo yoga altre pratiche come **Journaling, cristalloterapia, reiki e tarocchi.**

Ai miei ritiri c'è la possibilità di esplorare anche queste pratiche, spesso **immersi nella natura**, che amo.

Insegno settimanalmente nel mio studio e ho capito, con gli anni, che i **ritiri sono essenziali per progredire nella pratica.**

Dedicandosi tempo, con il confronto con gli altri, l'ascolto personale e lo spazio sicuro che si crea durante un ritiro, nasce una **trasformazione.**





Questo weekend è un piccolo  
viaggio per tornare **all'essenziale**.

I due workshop saranno sulla **filosofia dello  
yoga** (Yama e i Niyama) vissuta come  
qualcosa da imparare  
ma anche da **sperimentare  
sulla propria pelle**, con esercizi pratici.





Cessole, antico borgo della Langa Astigiana, terra di **erbe, saperi e antiche tradizioni**: un luogo intriso di storia e suggestioni, dove visiteremo anche **l'Erboristeria Negro**, nata dal sapere del celebre "Settimino di Cessole", per riscoprire il legame profondo tra natura, corpo e cura.

Un retreat curato nei dettagli, pensato per sole **10 persone**, in un luogo davvero speciale.





# contributo di partecipazione

Se prenoti **entro il 13.10:**

stanza tripla 430 eu

stanza quadrupla 460 eu

**Dopo il 13.10:**

stanza tripla 470 eu

stanza quadrupla 495 eu

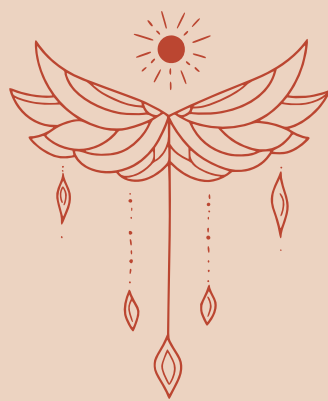
Le stanze sono ampie e con bagno privato.

Se viaggi in solitaria ti troveremo compagni di stanza!

## Cosa include?

- **4 pratiche di yoga**
- **2 workshop**
- 2 pernottamenti
- 2 colazioni
- 2 cene
- 2 pranzi
- **wine tour and tasting**
- **mindful walking**
- **percorso benessere con rituale e bagno sonoro**





**Contattami** per maggiori  
informazioni o per prenotare!

338 508 91 94

[yoganellatorre@gmail.com](mailto:yoganellatorre@gmail.com)

*Giulia*