

## Yoga Dolce & Viaggio Sonoro

**«Il corpo si muove, il suono accoglie. Il respiro guida, la vibrazione rigenera.»**

Il prossimo **Sabato 28 Novembre** ti aspettiamo a Osimo per un'esperienza sinergica unica, creata per unire la delicatezza dello Yoga Dolce e l'intensità del respiro alla dimensione profonda del Viaggio Sonoro.

### Il Programma dell'Incontro

- **Yoga Dolce & Pranayama** (con *Claudia Gennaretti*)

Attraverso movimenti lenti e consapevoli, scioglieremo le rigidità del corpo. Il respiro farà da guida, aiutando la mente ad abbassare il volume dei pensieri e a sintonizzarsi sul momento presente.

- **Il Viaggio Sonoro** (con *Mauro Pascucci e Vito Losavio*)

Una volta che il corpo sarà rilassato e aperto all'ascolto, ci lasceremo cullare da suoni ancestrali e vibrazioni profonde. Il suono dei Gong e degli strumenti olistici entrerà in risonanza con le tue cellule: un vero e proprio massaggio sonoro per sciogliere i blocchi e condurti a una profonda meditazione.

### I Professionisti

- **Claudia Gennaretti:** Insegnante di yoga, laureata in biologia e naturopata.
- **Mauro Pascucci:** Psicologo, suono terapeuta, fitoterapeuta ed esperto in trattamento craniosacrale.
- **Vito Losavio:** Terapeuta bio-energetico, regressologo e suono terapeuta.

### Dettagli e Informazioni Pratiche

- **Quando:** Sabato 28 Novembre
- **Orario:** Dalle 17:00 alle 19:00
- **Dove:** ASD ENDAS Osimo Abbadia (AN)
- **Contributo:** 25,00 € (*Evento su prenotazione — Posti limitati*)
- **Info e Prenotazioni:** WhatsApp al **+39 333 563 6873**

**Respira. Ascolta. Rigenerati.**