

press release

Equilibrium Detox Wellness Retreat Evento Detox a La Thuile dal 6 al 10 Novembre 2019, presso l'Hotel Chalet Eden

La Thuile – 1 ottobre 2019 – **Equilibrium** è un progetto che nasce dall'intenzione di portare alla consapevolezza che "pulire" il nostro corpo sia il primo passo per migliorare salute, vitalità e ripristinare l'equilibrio del corpo e della mente.



Equilibrium Detox Wellness Retreat sono quattro giorni Detox nei quali dedicare del tempo solo a sé stessi.

Un programma personalizzato che include una combinazione di pasti detox e attività progettate per aiutare a rilassare la mente, ritrovare l'energia e il proprio centro ed eliminare le tossine dal corpo.

Perché eliminare le tossine?

Le tossine sono una presenza molto sgradita per l'organismo. Quando il loro quantitativo supera la capacità fisiologica di espulsione delle stesse, questo surplus crea le basi per molte patologie.

Equilibrium Detox Wellness Retreat offre un approccio olistico alla persona e al benessere attraverso un programma Detox personalizzato, studiato dalla dottoressa **Grace Mason** sulla base di un'accurata valutazione dell'anamnesi di ogni soggetto.

press release

Il programma prevede: una sessione di yoga, guidata dall'insegnate **Céline Raclot**, il lavaggio totale del tratto digerente (Shankprankshalan), il lavoro emozionale per la comprensione e risoluzione dello stress e la terapia cranio-sacrale. Il tutto combinato a gustosi alimenti e succhi a base vegetale. I pasti preparati dallo chef del Ristorante Chalet Eden, sono progettati per aiutare le persone a rimanere vibranti e in salute.

Equilibrium Detox Wellness Retreat si svolgerà a La Thuile dal 6 al 10 novembre 2019, presso l'Hotel Chalet Eden di La Thuile, in Valle d'Aosta.

Immerso nella natura, questo eco-hotel è la destinazione ideale per il relax e il ringiovanimento. Un rifugio sereno per nutrire il completo benessere di spirito mente e corpo, un luogo speciale, dove la ricerca di colori, materiali, tessuti e complementi d'arredo donano ad ogni camera un'atmosfera incantevole, intima e accogliente ma, allo stesso tempo, esaltano la vocazione naturale dell'hotel.

Per informazioni www.chaleteden.it

LA PROPOSTA DETOX

- Lezioni di yoga
- Pranayama (respirazioni yoga)
- Terapia emozionale individuale
- Terapia cranio sacrale individuale
- Detox personalizzato
- Depurazione integrale (Shankprankshalan)
- Supplementi speciali per ridurre i metalli pesanti
- 4 notti nella sistemazione scelta

press release

I docenti di Equilibrium Detox Retreat

Dr.ssa Grace Mason medico e osteopata.

Attraverso la sua profonda conoscenza del corpo umano, delle medicine olistiche e della sfera della metamedicina, guida l'individuo verso la comprensione profonda del mal-essere.

- Medicina Naturale presso la Brandbridge
 - Forest University (Londra 1974)
 - Medicina Tibetana (Lasa , Tibet 1981)
- Omeopatia presso la Delhi Homeopathic University (India 1982)
- Agopuntura e medicina cinese presso il NI People's Hospital
 - Shanghai-Beijing (Cina, 1983)
 - Diploma in osteopatia presso la C.I.O (Milano 1985)
- Medicina Emozionale e Metamedicina (Lugano, 1992)
- T.T.C advance in Kundalini Yoga (Kerala, India, 1997)
- Training Costellazioni Familiari (Verona, 2012- Danimarca 2015)
- Specializzazione in terapia alimentare (St.Diego, California 2013)



Céline Raclot insegnante di Yoga e osteopata è la fondatrice di Evolution Yoga. Il suo percorso comincia in India nel 2007, dove sviluppa le sue abilità di insegnamento nella tradizione dell'Hata e Kundalini Yoga sotto la guida di diversi maestri indiani. Dividendo il suo tempo tra Italia e India, ha continuato i suoi studi in diverse forme con insegnanti di vari ambiti, tra cui Asthanga, Vinyasa Yoga e Kalari tradizionale (arte marziale indiana). Le sue conoscenze le hanno permesso di creare un metodo davvero unico nel suo genere, dove le posizioni yoga della tradizione indiana si uniscono con il movimento libero e creativo.



Contatti per la stampa

Halo Comunicazione

Rosanna Cognetti

Mob. +39 335 8149782

Paola Rosa

Mob. +39 339 3785157