



GAIA COLOMBI

Workshop di Aromaterapia e Riflessologia Plantare

**Benessere estivo per gambe leggere, energia e
riequilibrio**



GAIA COLOMBI

L'estate porta luce ed energia, ma spesso anche una sensazione di pesantezza alle gambe, affaticamento e ristagno.

Questo workshop nasce per offrire un'esperienza pratica e sensoriale dedicata al benessere psicofisico, attraverso aromaterapia e riflessologia plantare.

Un incontro per rallentare, ascoltare il corpo e ritrovare leggerezza attraverso il contatto, il respiro e gli oli essenziali.

Cosa faremo insieme

Durante le 3 ore di workshop esploreremo:

- utilizzo sicuro e consapevole degli oli essenziali in aromaterapia
- oli essenziali estivi per leggerezza, drenaggio e riequilibrio
- basi di riflessologia plantare applicata al benessere delle gambe
- punti riflessi per stimolare circolazione e drenaggio linfatico
- automassaggio serale del piede per rilassamento e recupero
- creazione guidata di una miscela aromatica personalizzata

Ogni partecipante realizzerà la propria formulazione da portare a casa.



GAIA COLOMBI

A chi è rivolto

Questo workshop è pensato per chi:

desidera ridurre sensazione di gambe pesanti e affaticamento

è interessato a rimedi naturali e aromaterapia

vuole imparare semplici tecniche di auto-trattamento

cerca un momento di benessere e consapevolezza

corporea . Non è richiesta alcuna esperienza precedente.

E' inoltre consigliato a SPA manager per integrare

competenze, personal trainer, osteopati e cultori della materia.

Dettagli

Data: Sabato 20 giugno

Orario: 10.00 - 13.00

Luogo: Milano Corso Italia 49 - presso SAN in Centro

Durata: 3 ore

Quota di partecipazione: 90€

Il workshop può essere vissuto anche in coppia o tra amici.

È prevista una tariffa dedicata di 80€ a persona per chi partecipa insieme, per valorizzare l'esperienza condivisa.

Posti limitati - numero chiuso

Iscrizione entro il 3 giugno.

Prenota il tuo posto

Per informazioni e iscrizioni: info@gaiacolombi.it



WORKSHOP DI AROMATERAPIA E RIFLESSOLOGIA PLANTARE BENESSERE ESTIVO PER GAMBE LEGGERE, ENERGIA E RIEQUILIBRIO

Da inviare via mail : info@gaiacolombi.it

Il sottoscritto/a

COGNOME

NOME

LUOGO DI NASCITA

INDIRIZZO DI RESIDENZA

CODICE FISCALE O P.IVA

E-MAIL

Termini di pagamento:

Il Valore del corso è di € 90,00 o 160,00 euro in caso di iscrizione in coppia

Pagamento tramite bonifico bancario.

Privacy

*Ai sensi del D.lgs . n. 196/2003 le informazioni fornite saranno trattate per le finalità di gestione amministrativa dei corsi (contabilità, logistica, formazione elenchi). Le informazioni possono essere utilizzate per la creazione di un archivio ai fini di informare (via e-mail o posta) circa future iniziative di formazione di **Gaia Colombi**. È possibile accedere alle informazioni in nostro possesso e esercitare i diritti di cui al comma 7 della legge (aggiornamento, rettifica, integrazione, cancellazione, trasformazione o il blocco dei dati, ecc) inviando una richiesta scritta al titolare del trattamento all'indirizzo: **info@gaiacolombi.it***

DATA E FIRMA