

YOGA&MIND

CI PRENDIAMO CURA DEL BENESSERE PSICOFISICO DEI NOSTRI OSPITI
WE TAKE CARE OF PSYCHO-PHYSICAL WELLBEING OF OUR GUESTS



EVENTI GRATUITI | Free Events

THERMAL WATER YOGA OR FIT & MIND

Asana rilassanti che liberano il corpo dallo stress per una sensazione rigenerante, intensificata grazie ai benefici dell'acqua termale.

Relaxing Asana that free the body from stress for a regenerating sensation, intensified thanks to the benefits of thermal water.

Posizioni yoga dinamiche per tonificare il corpo e stimolare il metabolismo con una pratica che ha un effetto che perdura per tutto il giorno. Un ottimo trattamento remise en forme.

Dynamic yoga poses to tone the body and stimulate the metabolism with a practice that has an effect that lasts throughout the day. An excellent remise en forme treatment.

30min - max 10 persone, Piscina termale | Sala Oleandro

YOGA DEL RESPIRO

Insieme di posizioni yoga e tecniche di respirazione (pranayama) per rilassare e riattivare la forza vitale di mente e corpo.

Asana and breathing exercising (pranayama) to relax and reactivate the vitalforce of mind and body.

30min - max 10 persone, Sala Oleandro

Eventi GRATUITI su prenotazione | FREE events upon reservation
Thermal Medical SPA al n. 7568 - Reception al n. 7551

TRATTAMENTI PERSONALIZZATI | Personalized treatments

PERSONAL YOGA | MINDFULNESS | COUNSELING

A pagamento | Additional charge