

week-end

Cambia Mente

01-04 maggio 2025

Nel Parco Nazionale del Cilento



PERCORSO "THE SIMPLE PATH" (3gg)

I metodi di benessere a cura di **Daniele Boido**, autore del libro "The human being of the future", psicoterapeuta, ipnoterapeuta, istruttore di PNL e di pilates in Inghilterra, e fondatore del Percorso semplice (The Simple Path), sono un insieme di conoscenze derivanti anche dall'antica tradizione orientale come la meditazione, yoga e arti marziali. Daniele è stato alcuni decenni il "Guru delle Stars" come l'ha definito il Times di Londra e da qualche anno ha eletto come sua dimora stabile proprio il Cilento.

Daniele Boido sarà una risorsa esclusiva del nostro Resort presso il quale terrà conferenze, workshop, laboratori olistici.

I temi trattati saranno:

- Il vero e semplice percorso spirituale che tutti possono fare da soli.
- La vera spiritualità. Connessione con l'ambiente, gli elementi naturali e i valori umani.
- Come in pochissimo tempo si possono risolvere i problemi che ci affliggono da sempre e diventare veramente esseri Liberi.
- Che cose' l'energia vitale e come assorbirla
- Come funziona il corpo, il cibo ideale e la respirazione corretta per poter assimilare questa energia.
- La differenza tra il rilassamento la concentrazione la visualizzazione e la meditazione e come praticarli.
- Come funziona la mente e come capire i nostri pensieri e le nostre emozioni
- Pulizia mentale e emotiva. Come liberarci dalla prigione mentale e creare il futuro che desideriamo.

week-end Cambia Mente



PROGRAMMA

GIOVEDÌ 01 MAGGIO 2025

14:00 Arrivo in Resort

16:00 - 17:30 Introduzione metodo "THE SIMPLE PATH" a cura di Daniele Boido

20:00 - 21:00 Cena in Resort

Dopo cena: "The Simple Path" sessione di rilassamento

VENERDÌ 02 MAGGIO 2025

08:00 - 09:00 Colazione

10:00 - 11:00 Respiro, suoni, shaking

11:00 - 13:00 Incontri personalizzati

13:00 - 14:00 Pranzo in resort

14:00 Arrivo in Resort (Per chi sceglie di soggiornare 2 notti)

16:00-17:00 Introduzione metodo "THE SIMPLE PATH" a cura di Daniele Boido incontro solo con i nuovi arrivati

17:00-18:00 tutti insieme conoscersi e respiro e suoni

20:00 - 21:00 Cena in Resort

Dopo cena: "The Simple Path" sessione di concentrazione con Daniele

SABATO 03 MAGGIO 2025

08:00 - 09:00 Colazione

09:30 - 11:00 Pratica metodo "The Simple Path" mente, pensieri, emozioni e visualizzazione

11:00 - 17:30 Partenze per escursione nel Parco Nazionale del Cilento alla scoperta del bello e dell'emozioni

Pranzo con degustazione di prodotti tipici della Dieta Mediterranea in formato packet lunch.

"The Simple Path" connessione con gli elementi della natura e le qualità umane

17:30 Rientro in Resort

19:00 - 20:00 Cena in Resort

Dopo cena: "The Simple Path" sessione di visualizzazione con Daniele

DOMENICA 04 MAGGIO 2025

08:00 - 09:30 Colazione

10:00 - 12:00 "The Simple Path". Respiro, suoni, meditazione.

13:00 - 14:00 Pranzo in Resort

14:30 - 15:30 "The Simple Path" Riflessioni e chiarificazione finali sul metodo

OFFERTA RISERVATA

TOTALE € 265

3 notti giov-dom dal 01/05 al 04/05

TOTALE € 200

2 notti ven- dom dal 02/05 al 04/05

LA QUOTA COMPRENDE:

Dimora da 2 a 4 posti letto con riscaldamento/aria condizionata - Biancheria da letto e da bagno - 3 colazione, 1 pranzo + degustazione tipica del Cilento e 2 cene - Percorso "The Simple Path" 3gg a cura di Daniele Boido - 1 escursione nella natura del Parco Nazionale del Cilento con pratica percorso "The Simple Path" e degustazione di prodotti tipici della Dieta Mediterranea e a Km 0 - Parcheggio - Wi-Fi. **Non inclusi:** Servizio transfert per escursione e da/per stazione di Pisciotta-Palinuro

PER INFO E PRENOTAZIONI:

 Claudia o Silvana 3939245113 - 0974/976079

info@baiadelsilenzio.it - www.baiadelsilenzio.it

