

Graziella Bertozzi

PERCORSI PER IL BENESSERE

RITROVA LE TUE RADICI

Scopri da dove vieni, dove sei ora e dove stai andando

CAMMINARE IN SILENZIO SUI MONTI SACRI DEL GARGANO

Dal 24 al 29 settembre 2018

con Graziella Bertozzi

Il Gargano è una terra antica ricca di spiritualità, di storia e di bellezze naturali. E' un posto magico, dove avvengono grandi trasformazioni nella vita delle persone.

E' un posto sacro, dove aleggia la presenza dell'Arcangelo Michele suo Patrono e Protettore. Lui ci aiuta a lasciare andare ciò che non ci serve più come vecchie abitudini, vecchi legami, vecchie convinzioni che non fanno altro che appesantire la nostre vite.

Vivere questa esperienza sul Gargano ci aiuta ad alleggerire la nostra vita di ogni giorno, riportare ordine e pace nel nostro quotidiano.



Vista da Monte Sacro Saraceno sulla baia di Mattinata

Graziella Bertozzi

PERCORSI PER IL BENESSERE

Chi sono

Naturopata, chinesiologa, esperta viaggiatrice per terra e per mare. Pratico e insegno varie tecniche energetiche, di autoguarigione e di riequilibrio fisico ed emozionale apprese dal dott. Roy Martina e in varie parti del mondo. Durante i miei viaggi, pratico e insegno tutte le varie camminate meditative quali, la **camminata dell'attenzione**, la **camminata in silenzio**, la **camminata consapevole**, ispirate dall'antropologo Carlos Castaneda, lo sciamano fuori dallo spazio e dal tempo. Utilizzo inoltre tecniche quali la **Life Vision**, che ci aiuta a cambiare la nostra visione della vita. Dal 2005, a Bologna, tengo sessioni individuali e di gruppo di Costellazioni familiari e mi occupo di alimentazione e stile di vita con il programma da me ideato chiamato **Protocollo Alimentare**.

Programma di massima

Ogni giorno al mattino cammineremo in silenzio su uno dei Monti sacri: Monte Saraceno, Monte Sacro, Madonna Incoronata, Monte Sant'Angelo,

Baia di Vignanotica, praticando la Camminata dell'Attenzione che ci serve per liberare la mente e godere del contatto con la natura, con noi stessi e con il gruppo.

Nel pomeriggio, dopo due ore di pausa, lavoreremo con le tecniche del dott. Roy Martina, per migliorare la vitalità, l'autostima, e fare spazio all'abbondanza nella nostra vita.

Cosa imparerai

A riconnetterti con la natura e ai suoi benefici effetti

A ritrovare le tue radici e a dialogare con gli ulivi millenari

A riportare ordine nella tua vita - scegliendo una stella con cui dialogare

A fare spazio dentro e fuori di te per accogliere il nuovo

Meditare in movimento con la Camminata dell'Attenzione

Come attirare abbondanza, amore e salute nella tua vita con il sasso della gratitudine

Informazioni generali:

Alloggio: Alloggeremo in villette bianche stile mediterraneo dotate di tutti i confort da due o tre camere. Queste villette danno sulla splendida baia di Mattinata e sulla sua piana ricoperta di ulivi.

Pasti: pranzo al sacco durante i percorsi, prima colazione e cena in uno dei migliori ristoranti di pesce e prodotti tipici del Gargano. L'alimentazione sarà a base di verdure fresche, pesce, e prodotti tipici.

Trasporti: i costi dei trasporti sono a carico del partecipante.

Per chi viene in treno la stazione ferroviaria più vicina è quella di Foggia. Possibilità di auto a noleggio per i cinque giorni, a prezzi contenuti.

Cellulare: Il cellulare ci porta sempre da una'altra parte e fuori di noi.

E' vietato l'uso del cellulare durante il giorno, è tollerato alla sera in modo discreto e non insieme al gruppo.

Attività disciplinata ai sensi della legge 4/2013

PER INFO E ISCRIZIONI CHIAMA 348 3906042
percorsicongraziella@gmail.com
www.graziellabertozzi.it

IL PROGRAMMA PUO' SUBIRE VARIAZIONI PER ESIGENZE ORGANIZZATIVE O DI OPPORTUNITA'