

ESSENZA RETREAT

Un viaggio sensoriale per mente, corpo e anima



23-24-25 MAGGIO 2025



Agriturismo Le Case (Assisi)



CHI SIAMO



ROBERTA FLORIO

Aromatologa, Sound Healer, Olfattoterapeuta

Sono Roberta Florio e da anni mi dedico al benessere sensoriale attraverso il Sound Healing, l'Aromaterapia e l'Olfattoterapia.

La mia passione nasce dal desiderio di aiutare le persone a riconnettersi con sé stesse, ritrovando equilibrio e armonia interiore.

Durante il Retreat Sensoriale ti guiderò in un viaggio di riconnessione e benessere attraverso pratiche profonde e trasformative.

CHI SIAMO



CARMELINA DI SILVIO

Insegnante Yoga

Lo yoga è stato per me una chiave di trasformazione profonda, un ponte tra il caos e l'equilibrio, tra il corpo e la mente.

Durante il Retreat Sensoriale, guiderò pratiche di yoga e meditazione per aiutarti a:

- Rilasciare stress e tensioni
- Migliorare la connessione con il tuo respiro
- Riscoprire un senso di leggerezza e centratura
- Equilibrare corpo, mente ed emozioni attraverso il movimento consapevole

CHI SIAMO



ROBERTA SILLA

Insegnante pilates e reformer

In dieci lezioni sentirai la differenza, in venti lezioni vedrai la differenza, in trenta avrai un corpo nuovo.

Ora immagina di dedicare tre giorni solo a te stessa, immersa nella natura, nel suono e nell'energia rigenerante del nostro Retreat Sensoriale.

- Dopo un giorno, sentirai la leggerezza di un corpo più rilassato e una mente più serena.
- Dopo due giorni, inizierai a percepire un profondo equilibrio interiore.
- Dopo tre giorni, avrai ritrovato un'armonia nuova tra corpo, mente e spirito.

CHI SIAMO



VITTORIA DIAMANTI

Esperta in crescita
personale e dolore cronico

Ho trasformato la mia sofferenza in una vera missione al servizio degli altri, mettendo a disposizione la mia esperienza personale e professionale.

Da oltre 11 anni, supporto chi affronta il dolore psico-fisico, offrendo percorsi che uniscono consapevolezza, crescita personale e benessere integrato. Grazie al mio metodo, centinaia di persone hanno superato uno stato di profonda sofferenza ritrovando un benessere autentico.

COSA VIVRAI NEL RETREAT?

Un viaggio sensoriale per
riequilibrare corpo, mente
e spirito, immersa in
un'atmosfera di pace e
rigenerazione.

PRATICHE

Sound Healing– Vibrazioni profonde per sciogliere blocchi energetici e ritrovare armonia.

Olfattoterapia e Aromaterapia – Profumi ed essenze per risvegliare emozioni e benessere interiore.

Yoga e Meditazione nella natura – Pratiche per rilassarti, riconnetterti e lasciarti avvolgere dall'energia del momento.

Crescita personale - Vittoria vi guiderà in un viaggio interiore per sciogliere le cause profonde del vostro dolore psico-fisico, aiutandovi a ritrovare consapevolezza e benessere.

LOCATION





