

INFO E DETTAGLI PER I PARTECIPANTI

Soglia d'Autunno: Ritiro di Somatica per Lasciare Andare, Radicarsi e Tessere il Nuovo

Dal Venerdì pomeriggio (ore 16) alla Domenica orario pranzo (12.30) | 18 - 20 Settembre 2026

L'Equinozio d'Autunno non è solo un cambio di stagione: è il vero "Capodanno" del corpo e dell'anima. È il momento perfetto per fermarsi, raccogliere i frutti dell'anno passato e seminare l'intento per il nuovo ciclo energetico 2026-2027.

Ti invitiamo a vivere 3 giorni di profonda trasformazione immersa nella natura incontaminata, ospitata nell'accogliente **B&B "Il Gelsomino" (Carro, La Spezia)** dotato di un suggestivo **Dome geometrico** per le nostre pratiche, circondato da un prato immenso, un **bosco** secolare e lo scorrere di un **ruscello** a pochi passi.

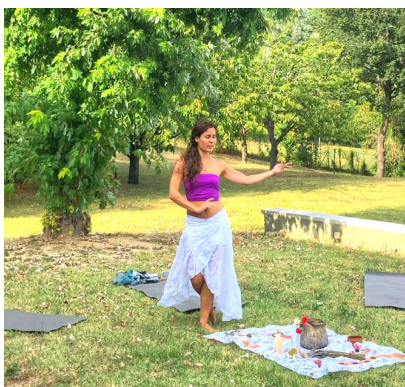


Guidato da due operatrici in conduzione alternata – **Arianna Storchi** è psicologa esperta di mindfulness e psicosomatica, e insegnante di yoga; **Simona Polli** è educatrice alla ciclicità femminile e operatrice somatica – esplorerai il passaggio dal rilascio emotivo alla rinascita interiore, attraverso sessioni dedicate e ritagliate sui ritmi naturali.



🌟 COSA TI ASPETTA

- **Venerdì (La Terra):** Atterraggio nel corpo, Cerchio di Apertura nel Dome e sessione di *Somatic Grounding & Yin Yoga* per radicare l'energia [arrivi dalle 16]
- **Sabato (L'Acqua e il Fuoco):** *Risveglio Somatico* a digiuno, seguito dal *Rituale del Grande Rilascio* direttamente nelle acque correnti del ruscello. Nel pomeriggio esploreremo la teoria della ciclicità e l'energia dell'"Incantatrice" autunnale, per poi dare vita al *Rituale della Tessitura*, creando manualmente il tuo talismano d'intento. La sera si chiuderà con un profondo *Yoga Nidra* e/o *Bagno Sonoro*.
- **Domenica (L'Aria):** *Danza Somatica ed Espressione Corporea* sul prato per muovere e incarnare la nuova energia libera da blocchi e pensieri limitanti, seguita dal Cerchio di Chiusura e una pratica di Mindfulness sull'Autocompassione [partenze dalle 12.30]



🏠 LA STRUTTURA E LA FORMULA BRUNCH & CENA

Saremo ospiti di una struttura intima ed esclusiva che mette a disposizione **7 camere con bagni privati** (per un totale di 14 posti letto standard, con possibilità di aggiungere qualche letto extra su richiesta).

Per garantire un flusso di lavoro continuo ed evitare la frammentazione della giornata, la quota include:

- Pernottamento in camera doppia condivisa
- Ricco e abbondante **Brunch a metà mattina** (dopo le pratiche rigeneranti, sia sabato che domenica)
- **Cena serale** genuina preparata dal B&B (venerdì sera e sabato sera)



💎 QUOTE DI PARTECIPAZIONE & OPZIONI CAMERE

Il ritiro è a numero chiuso (*minimo 6 partecipanti, massimo 14*) per preservare l'intimità del cerchio.

- **PROMO EARLY BIRD: 370€** tutto compreso (in camera doppia) per chi si iscrive entro il **10 Agosto 2026**.
- **QUOTA INTERA: 420€** per iscrizioni successive al 10 Agosto.
- **OPZIONE CAMERA SINGOLA:** È possibile richiedere l'uso singolo della camera con un supplemento di **+40€ totali** per le 2 notti (disponibilità limitata).

✉ COME ISCRIVERSI E MODALITÀ DI PAGAMENTO

Per riservare ufficialmente il tuo posto è richiesta una **caparra confirmatoria totale di 150€ al momento dell'iscrizione**, che per motivi di gestione fiscale verrà suddivisa in 2 bonifici immediati

- **50€** direttamente all'Agriturismo (per bloccare il posto letto)
- **100€** sul conto corrente di una delle due professioniste (Arianna o Simona) –
SCRIVICI PER RICEVERE I DATI

Il pagamento successivo è diviso in due step:

1. IL SALDO DELLE ATTIVITÀ (Tramite bonifico entro il 10 Settembre 2026):

- Se ti iscrivi in **Early Bird** (entro il 10 Agosto): il saldo sarà di **70€ totali** (da inviare alla professionista a cui si è inviato l'acconto)
- Se ti iscrivi a **Quota Intera** (dopo il 10 Agosto): il saldo sarà di **120€ totali** (da inviare alla professionista a cui si è inviato l'acconto)

IL SALDO DEL B&B (Direttamente in struttura all'arrivo):

- Per tutti i partecipanti, il saldo rimanente per l'alloggio e i pasti è di **150€** (da versare direttamente alla struttura il venerdì pomeriggio, con tutti i metodi di pagamento possibili).
- *Nota per la Camera Singola:* Il supplemento di +40€ per le due notti verrà aggiunto direttamente a questo saldo in struttura (totale da versare al B&B: 190€).
- **Politica di cancellazione:** In caso di rinuncia da parte del partecipante sotto data, l'intera caparra di 150€ **verrà trattenuta** e non sarà rimborsabile (resta valida la possibilità di cedere il posto a un'altra persona). In caso di annullamento del ritiro da parte delle organizzatrici, tutte le caparre verranno interamente restituite. Il saldo finale delle attività da effettuare entro il 10 settembre, in caso di rinuncia da parte del partecipante nella settimana precedente al ritiro, sarà trattenuto e non sarà rimborsabile (tranne che per casi realmente gravi da discutere insieme).

Per info, dettagli sulle camere e prenotazioni:

Contattaci in privato

Arianna 3342619548 info@ariannastorchi.it

Simona 3385238983 info@travel2transformation.com

*Regalati tre giorni per rallentare, ascoltare il tuo ritmo interiore e varcare la
soglia del nuovo anno energetico con consapevolezza
Incarniamo insieme la gioia dimorando nello spazio delle possibilità*