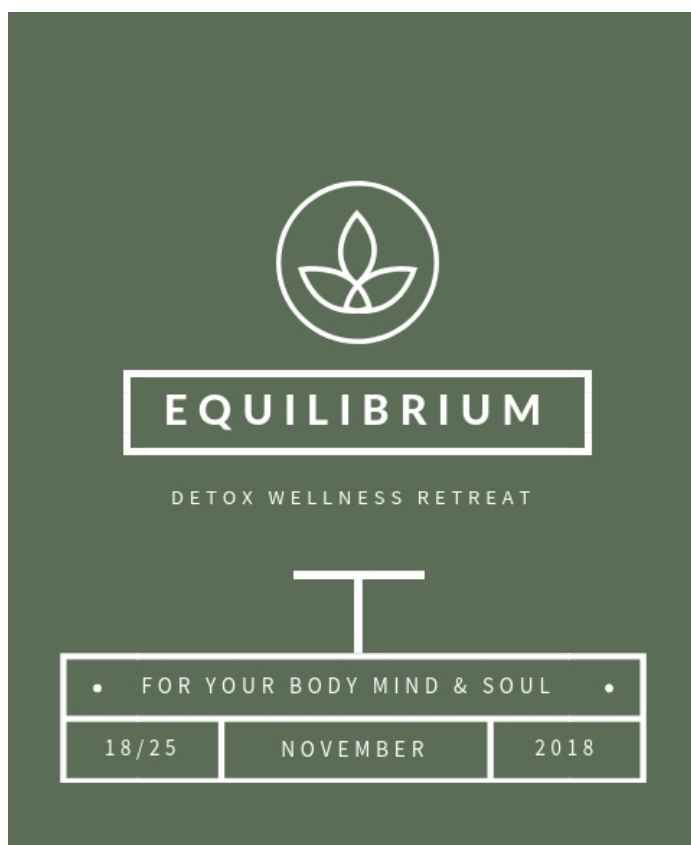


press release

Equilibrium Detox Retreat A La Thuile dal 18 al 25 Novembre, presso l'Hotel Chalet Eden con la speciale partecipazione dello chef Simone Salvini, pioniere italiano dell'alta cucina naturale



CHALET EDEN LA THUILE -AO-
CONTACT US
+39 3473515305 +39 3393810255
INFO.EVOLUTIONYOGA@GMAIL.COM

La Thuile – 20 settembre 2018 - "Take care of your body. It's the only place you have to live." Questo è lo slogan di **Equilibrium**, un progetto che nasce dall'intenzione di portare alla consapevolezza che l'equilibrio del corpo e della mente è il primo passo verso la salute. Sette giorni Detox nei quali dedicare del tempo solo a sé stessi. Un programma personalizzato che include una combinazione di pasti detox, estratti, yoga, pranayama (respirazioni), meditazione, terapia somato-emozionale e cranio-sacrale.

Equilibrium Detox Retreat si svolgerà a La Thuile dal 18 al 25 novembre 2018, presso l'Hotel Chalet Eden di La Thuile, in Valle d'Aosta. Immerso nella natura, questo ecohotel è la destinazione ideale per il relax e il ringiovanimento. Un rifugio sereno per nutrire il completo benessere di spirito mente e corpo, un luogo speciale, dove la ricerca di colori, materiali, tessuti e complementi d'arredo donano ad ogni camera un'atmosfera incantevole, intima e accogliente ma, allo stesso tempo, esaltano la vocazione naturale dell'hotel.

Perché è importante questo programma detossinante?

Le tossine sono una presenza molto sgradita per l'organismo, che diventa veramente dannosa per la salute, quando il loro quantitativo supera la capacità fisiologica di espulsione delle stesse. Questo surplus di tossine crea le basi per molte patologie.

press release

La **settimana disintossicante** costituisce pertanto una buona alternativa per poter liberare l'organismo da tossine e sostanze nocive, e anche un modo per rigenerare la mente e sentirsi meglio.

Equilibrium Detox Retreat offre un approccio olistico alla persona e al benessere attraverso un programma Detox personalizzato, studiato dalla dottoressa **Grace Mason** sulla base di un'accurata valutazione dell'anamnesi di ogni soggetto. Il programma prevede: una sessione di yoga, guidata dall'insegnate **Céline Raclot**, il lavaggio totale del tratto digerente (Shankprankshalan), il lavoro emozionale per la comprensione e risoluzione dello stress e la terapia cranio-sacrale. Il tutto combinato a gustosi alimenti e succhi a base vegetale.

Negli ultimi tre giorni della settimana disintossicante il **famoso chef [Simone Salvini](#)**, pioniere italiano dell'alta cucina naturale, sarà presente per accompagnare gli ospiti in un percorso di profonda conoscenza e consapevolezza di come nutrirsi in modo sano.

Partendo dal concetto che il cibo è medicina e, in totale sintonia con il programma Detox, lo chef proporrà ai partecipanti menu speciali che conciliano il benessere con il gusto, condividendo le sue ricette, con l'obiettivo di aiutare le persone a rimanere vibranti e in salute.

Per informazioni www.chaleteden.it

LA PROPOSTA DETOX

- Lezioni di yoga
- Pranayama (respirazioni yoga)
- Terapia emozionale individuale
- Terapia cranio sacrale individuale
- Detox personalizzato
- Depurazione integrale (Shankprankshalan)
- Supplementi speciali per ridurre i metalli pesanti
- 7 notti nella sistemazione scelta

press release

I docenti di Equilibrium Detox Retreat



CHI SIAMO

Dr.ssa Grace Mason medico e osteopata.

Attraverso la sua profonda conoscenza del corpo umano, delle medicine olistiche e della sfera della metamedicina, guida l'individuo verso la comprensione profonda del mal-essere.

- Medicina Naturale presso la Brandbridge
- Forest University (Londra 1974)
- Medicina Tibetana (Lasa, Tibet 1981)
- Omeopatia presso la Delhi Homeopathic University (India 1982)
- Agopuntura e medicina cinese presso il N1 People's Hospital
- Shanghai-Beijing (Cina, 1983)
- Diploma in osteopatia presso la C.I.O (Milano 1985)
- Medicina Emozionale e Metamedicina (Lugano, 1992)
- T.T.C advance in Kundalini Yoga (Kerala, India, 1997)
- Training Costellazioni Familiari (Verona, 2012- Danimarca 2015)
- Specializzazione in terapia alimentare (St.Diego, California 2013)



Céline Raclot insegnante di Yoga e osteopata è la fondatrice di Evolution Yoga. Il suo percorso comincia in India nel 2007, dove sviluppa le sue abilità di insegnamento nella tradizione dell'Hata e Kundalini Yoga sotto la guida di diversi maestri indiani. Dividendo il suo tempo tra Italia e India, ha continuato i suoi studi in diverse forme con insegnanti di vari ambiti, tra cui Asthanga, Vinyasa Yoga e Kalari tradizionale (arte marziale indiana). Le sue conoscenze le hanno permesso di creare un metodo davvero unico nel suo genere, dove le posizioni yoga della tradizione indiana si uniscono con il movimento libero e creativo.



Simone Salvini, cuoco curioso da decenni si occupa di alimentazione vegetariana e ayurvedica. Ha lavorato per anni, come chef, in locali stellati e della tradizione classica italiana.

- Collaborazioni in corso:
- scuole e università di formazione culinaria in primis Alma di Parma e Esac di Vicenza
 - consulente della Fondazione Umberto Veronesi
 - consulente di aziende Bio- Cucina Naturale: per servizi di cucina ayurvedica e dolci della salute
 - fondatore di Identità Naturali
 - fondatore di Ghita Academy di Milano
- Libri scritti:
- diario di un cuoco con Pietro Leemann ed. Ponte alle Grazie
 - cucina vegana ed. Mondadori
 - i dolci della salute ed. Mondadori



Contatti per la stampa

Halo Comunicazione

Rosanna Cognetti

Mob. +39 335 8149782

Paola Rosa

Mob. +39 339 3785157