



9 settembre 2015

Volume 1, Numero 1

Nuovi percorsi Detox

- I percorsi della Rosa del Benessere possono essere seguiti comodamente da casa o dal lavoro.
- Sono adatti a tutti coloro che desiderano fare qualcosa per il proprio benessere.
- Il semidigiuno e la detossinazione sono le terapie più naturali di cui dispone il nostro corpo.
- L'attività fisica regolare all'aria aperta rimette in moto le nostre energie vitali e aiuta a rimuovere le tossine dal nostro organismo.
- Il 9-11 ottobre congresso con Colin Campbell, autore di *The China Study*, in Italia

per informazioni:

info@lidhria.org

L'autunno è alle porte. La natura si prepara e cambia "vestito". È il momento ideale per intraprendere un viaggio verso uno stile di vita nuovo e più salutare.

I percorsi di detossinazione di Lidhria danno tutto il supporto che ti serve per riuscirci al meglio.

"La Rosa del Benessere" è un metodo innovativo per permettere a chiunque di assaggiare in soli 9 giorni il benessere che nasce quando si segue uno stile di vita che previene l'insorgenza delle malattie croniche, ci pulisce da dentro, ci fa ritrovare la forma fisica che desideriamo, ci ridà la vitalità che avevamo e ci permette di raggiungere i risultati che meritiamo.

Gli appuntamenti

Serate aperte al pubblico presso il Ristorante-Pizzeria Vecchio Ottocento a Gavirate:

- lunedì 21 settembre
- lunedì 5 ottobre
- lunedì 19 ottobre

Orario: 19.30 - 20.30

Inizio nuovi percorsi

(incontri riservati ai soli partecipanti):

- mercoledì 9 settembre
- giovedì 24 settembre
- giovedì 8 ottobre
- giovedì 22 ottobre

Orario: 19.30 - 20.30



Ogni percorso prevede 4 incontri serali di ca. 1 ora nell'arco dei 9 giorni durante i quali verranno date tutte le informazioni necessarie. Gli incontri informativi sono per max. 12 partecipanti e le iscrizioni devono pervenire almeno 1 settimana prima dell'inizio. Ideale da fare anche con amici, colleghi o parenti.

Incontri, passeggiate ed escursioni con Lidhria

Incontri

Mercoledì 9 settembre ore 14.30 alla Pasticceria Milano a Gavirate

Passeggiate

Sabato 12 settembre: salita al Sass Gross.

Partenza ore 8.00 da Cerro.

Escursioni

Domenica 27 settembre: i pizzoni di Laveno. Partenza ore 8.00 dalla pasticceria Zanoni a Cittiglio.

In caso di maltempo le passeggiate verranno annullate



**LA ROSA DEL
BENESSERE**