

# WEEKEND BENESSERE



## WEEKEND BENESSERE

9-10 maggio 2015  
start at 9AM

Monteriggioni (SI)

[borgosanluigi.it](http://borgosanluigi.it)  
[francescobini.it](http://francescobini.it)

INFO E PRENOTAZIONI:  
FRANCESCO BINI, CHINESIOLOGO,  
329 8136830  
MONICA ARTONI, DIETISTA,  
349 8236039

DUE GIORNI PER PRENDERSI CURA  
DI SE'...

MOVIMENTO, CORRETTA  
ALIMENTAZIONE E RELAX IN UNA  
LOCATION 4 STELLE DAVVERO  
SUGGESTIVA: **BORGO SAN LUIGI  
RELAIS A MONTERIGGIONI!**

**PROGRAMMA SABATO 9 MAGGIO:**

**H9** RITROVO E CHECK IN A BORGO SAN  
LUIGI  
**H1030** BRIEFING E PARTENZA A PIEDI PER  
MONTERIGGIONI LUNGO LA VIA  
FRANCIGENA CON VISITA DELLA CITTA' E  
PERCORSO SULLE MURA  
**H1230** LIGHT LUNCH  
**H15** RIENTRO A BORGO SAN LUIGI E RELAX  
**H1630** LEZIONE DI TAICHI  
**H18** SEMINARIO SULL'EDUCAZIONE  
ALIMENTARE E TECNICHE DI RILASSAMENTO  
CON ATTIVITA' PRATICHE  
**H21** CENA LIGHT GOURMET E SERATA  
LIBERA

**PROGRAMMA DOMENICA 10 MAGGIO:**

**H8** RISVEGLIO MUSCOLARE  
**H9** COLAZIONE  
**H930** ATTIVITA' LIBERE E TEMPO A  
DISPOSIZIONE PER CONSULTI DIETETICI E  
OSTEOPATICI  
**H1130** CORSO DI CUCINA LIGHT  
**H1330** PRANZO CON I PIATTI PREPARATI  
**H1530** LEZIONE DI TAICHI E SALUTI

COSTO DEL PACCHETTO **ALL  
INCLUSIVE: 250 EURO A PERSONA**

MASSIMO 20 ISCRIZIONI

ISCRIZIONI APERTE FINO AL 24  
APRILE

CONQUISTA LA TUA OASI DI  
BENESSERE DOVE IL  
TEMPO SEMBRERA'  
FERMARSII!