

Viaggio a Sataya dal 13 al 20 Dicembre 2026

Il percorso di ritorno al proprio Sé passa attraverso i principi fondamentali dell'Ayurveda che ci permettono di ristabilire il dialogo innato con la natura.

Durante questo soggiorno nel paese dei Delfini vi proporremo uno stage con vari strumenti:

Respirazione (pranayama), meditazione, mantra

Imparare a riconoscere lo squilibrio dei Dosha così come tutti gli squilibri all'interno della nostra vita per ritrovare il benessere attraverso uno stile di vita in armonia con la natura



Diane Verbist

nata a Roma nel 1968. Nel 2013 si diploma in Naturopatia Ayurvedica presso AIA – Ayurveda International Academy a Firenze. Nel 2014 frequenta il Master in Ayurveda presso

l'Università Sant Joan de Deu a Barcellona. Lo stesso anno partecipa ad uno stage presso il Patanjali Ayurved College & Hospital a Haridwar – India. Nel 2009 conosce l'Acharya Dottor Sudhakar Powar con il quale tuttora collabora.

Ritorno al proprio Sé con e attraverso i Delfini

“MyHome”

