

VEDA STUDIO

Donare *Valore*

QUANDO IL REGALO È PERFETTO PENSATO!



Un tempo *ritrovato.*

DONARE VALORE A NOI E A CHI AMIAMO

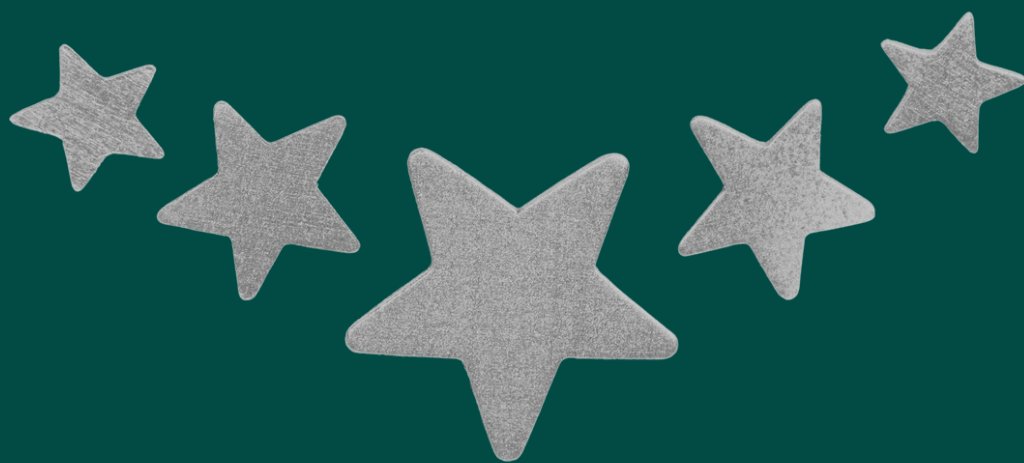


Lo sappiamo, ogni anno è così: a Dicembre la natura rallenta mentre tutto il mondo va a mille, le energie non bastano mai e le giornate... arrancano insieme a noi.

Questa vita in **modalità accelerata** spesso prosciuga le nostre idee e ci obbliga a inserire il pilota automatico, anche nei contesti ideati per la lentezza e lo scambio reciproco, **come la scelta di un regalo per chi amiamo.**

E se quest'anno fosse diverso?

Ritrovare *valore.*



Veda Studio ti propone un'alternativa: quella di donare **un tempo ritrovato.**

Un momento dedicato per **ritrovare valore**, riprendere a **respirare**, **sciogliere** l'intrico dei pensieri e i nodi che affannano il **cuore.**

SCOPRI COME FARE →

Veda Gift Card

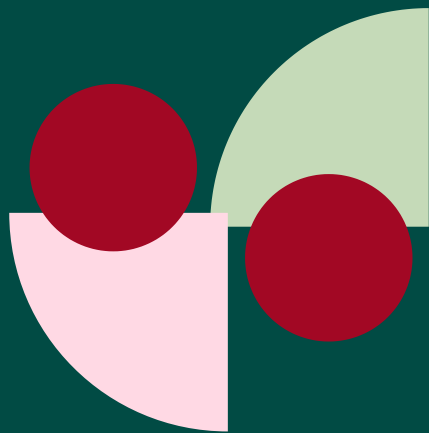


Con la **Veda Gift Card** puoi donare una lezione di **yoga** di gruppo o privata, una pratica di **meditazione** individuale, una **lettura oracolare intuitiva**, una seduta di **coaching** o un percorso di **ayurveda**!

**** Disponibile in formato fisico & digitale**

**NON SAI SCEGLIERE?
LEGGI QUI →**

Una classe di **Sattva Yoga**



75 minuti di Yoga Kundalini Himalayano, che fonde movimento del corpo, meditazione e respirazione, pensata per rinforzare il corpo e la mente.

Regala lo yoga nella sua dimensione più completa e profonda, accessibile a tutti i livelli!

20 EURO IN GRUPPO
30 EURO LEZIONE PRIVATA

Meditazione Tradizionale



Meditare è la vera pratica yoga: quando meditiamo entriamo in una dimensione di piena connessione con il corpo e la mente. Il respiro rallenta, i pensieri si fanno meno opprimenti, il corpo impara a lasciare andare il bisogno di fare sempre qualcosa.

Risultato? Lo stress si allenta, la concentrazione migliora e l'umore si stabilizza.

20 EURO LEZIONE PRIVATA

Lettura **Intuitiva**

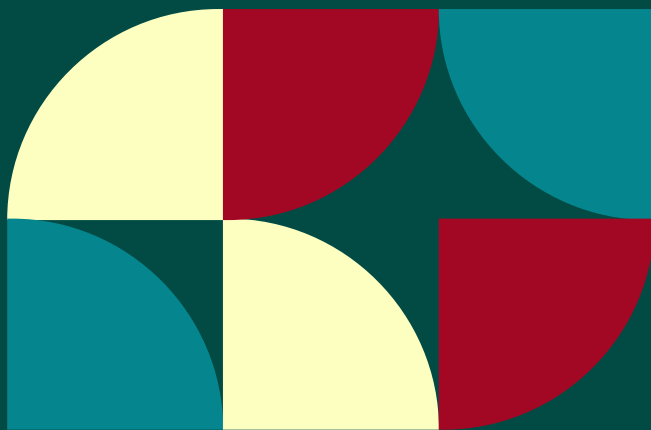


Una lettura intuitiva oracolare in presenza o online di 60 minuti: e no, non serve a predire il futuro.

Questa pratica è un dialogo profondo con **il mondo del mito**, degli **archetipi** e dei **simboli**: uno spunto di riflessione per esplorare la tua vita presente e capire quali strumenti possono supportarti al meglio. **Un dono unico nel suo genere!**

25 EURO LETTURA PRIVATA

Coaching Integrato



Vuoi riprendere contatto con la tua parte più autentica? Migliorare il tuo stile di vita? Bilanciare il tempo vita-lavoro?

O magari realizzare quel sogno nascosto nel cassetto da tanto tempo? Il metodo di **coaching integrato fonde tecniche occidentali ed orientali ed è pensato proprio per questo: **regala una seduta di 90 minuti!****

40 EURO SEDUTA PRIVATA

Percorso Ayurveda



4 incontri settimanali per scoprire il mondo dell'Ayurveda e le pratiche di Sattva Yoga. Ridefiniamo insieme la tua routine quotidiana per renderla più adatta alle tue necessità attuali. Portiamo l'attenzione a tutte le aree della tua vita per definire una routine mattutina (AM) e una serale (PM) nelle quali poterti prendere cura di te in modo consapevole e accogliente.

100 EURO 4 SEDUTE DA 60' L'UNA

A chi donerai il *tempo ritrovato?*



VEDA STUDIO • RIFUGIO URBANO

DOVE? Via Luigi Rizzo, 53 • Roma

METRO Cipro • **TRENO** Valle Aurelia

INSTAGRAM @vedastudioroma

SCRIVI SU WHATSAPP 3491119852



SCANSIONA!