



Oggi per tutto il giorno, meditazione, pratica bagni di gong. Per un solstizio diverso Per il **Conventino** l'estate inizia all'insegna del benessere e dello yoga

Saluto al sole e meditazione, percorsi di consapevolezza e sessioni di Melt antistress. E ancora trattamenti con frequenze cristalline stretching dei meridiani, tarocchi, laboratori sensoriali e bagni di gong. Oggi, per tutto il giorno del solstizio d'estate al **Conventino** in via Giano della Bella

(foto) si può iniziare l'estate all'insegna del benessere e della consapevolezza di sé. Porte aperte dalle 9 del mattino alle 23 con la prima edizione dell'International Yoga day che si concluderà con «Zen e musica» evento di connubio tra suono e spiritualità a cura di Shinnyoji Tempio Zen Firenze

con la partecipazione straordinaria del maestro Franco Mussida e del Cpm Music Institute di Milano. Tutte le attività della giornata sono gratuite ma è consigliata la prenotazione con le singole attività (vedi i canali social del Conventino) ed è gradita un'offerta per l'attività di Dynamo Camp

