

Da Mendrisio seguire i cartelli stradali per la Valle di Muggio. A Castel S. Pietro svoltare a sinistra seguendo il cartello Obino, Casima, Monte. Arrivati a Monte, posteggiare l'auto sul parcheggio sotto l'osteria La Montanara. A piedi proseguire fino alla Butega e dopo 15 m salire la scalinata a sinistra. Oltrepassata un'altra scalinata sulla destra, inizia il sentiero nel bosco. Dopo ca 10 min. svoltare a sinistra e seguire il cartello Roncaia appeso su un albero. Si consiglia di mettere scarpe comode. Il sentiero si trova sempre all'ombra e la salita dura ca 30 minuti.



Iscrizione:

Data scelta:

Nome: .....

Cognome: .....

Indirizzo: .....

Località: .....

Telefono: .....

E-mail: .....

Firma:

**Spedire a: Agnese Livi Centro Equilibrio,  
c/o studio3spazi, Via Motta 6 6830 Chiasso  
Tel. 079-615 75 14 o [info@jsj-ticino.ch](mailto:info@jsj-ticino.ch) [www.jsj-ticino.ch](http://www.jsj-ticino.ch)**





## all'alpe di Roncaia

Ci incontriamo in piccoli gruppi per condividere applicazioni di Jin Shin Jyutsu a cielo aperto; è possibile prenotare questo soggiorno come cura rigenerativa o rilassante; le giornate sono organizzate per persone singole o coppie.

**Date disponibili: : Date secondo vostra richiesta**

Prezzo: Fr. 320.00

Compresi nel prezzo sono:

- 3 pranzi, 2 cene, 2 colazioni, pasti vegetariani, bevande non alcoliche
- 2 pernottamenti, merendine, 4 applicazioni Jin Shin Jyutsu singolarmente o in gruppo

Jin Shin Jyutsu rafforza la propria profonda potenza di auto-guarigione ed è un'integrazione significativa nel sistema curativo tradizionale. Tutti i metodi di guarigione del lontano est si basano sul fatto che il corpo è in relazione con delle sottili energie vitali e tutte le funzioni sono collegate tra di loro. Questi intrecci di energie seguono flussi ben stabiliti nel nostro corpo. Nel Jin Shin Jyutsu posiamo le nostre mani su questi percorsi, attivando il flusso energetico per garantirne la circolazione libera e un passaggio ottimale.

Con Jin Shin Jyutsu il nostro corpo trova il proprio equilibrio, migliorando così salute e benessere. L' allontanamento delle tensioni e dello stress mentale ci dà la sensazione di esserci liberati da un peso.

Svolgimento: raggiungimento dell'alpe nella mattina del primo giorno. Sistemazione in camera, pranzo. Nel pomeriggio prima applicazione Jin Shin Jyutsu. Secondo giorno: applicazioni di JSJ alla mattina e nel pomeriggio. Terzo giorno: applicazioni solo alla mattina, ritorno dopo il pranzo.

La capanna ha posto per 4 ospiti.  
Volendo, si può pernottare a Monte presso l'Osteria Montanara o anche privatamente

**Si prega di portare:**

Vestiti comodi, ev. caldi per la sera, ciabatte, asciugamano per la doccia, ev. torcia.

