



YOGA MASSAGGI MEDITAZIONE

The Love Experience

LA TUA OASI DI RELAX
NEL CUORE DI NAPOLI

VANI 340 39 47 732



www.vanipignatelli.com



CALENDARIO

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
	8-9,00 Good Morning Yoga		8-9,00 Good Morning Yoga		9-10,15 Yin Yoga l'arte di arrensi
13-14,00 Lunch Breack Yoga		13-14,00 Lunch Breack Yoga			
17-18,15 Soft Hatha Vinyasa		17-18,15 Soft Hatha Vinyasa			
18:45-20 Hatha Vinyasa Yoga		18:45-20 Hatha Vinyasa Yoga	18,30-20,00 Meditation Experience	18,30-20,00 Cerchio di Donne	





ABBONAMENTI

abbonamento mensile
per 1 classe a settimana
50,00

abbonamento mensile
per 2 classi a settimana
70,00

**abbonamento
trimestrale**
per 1 classe a settimana
130,00

**abbonamento
trimestrale**
per 2 classi a settimana
190,00

abbonamento mensile
FREE,
vieni tutte le volte che vuoi
90,00

**abbonamento
semestrale**
1) 250,00
2) 350,00
3) 450,00





INFO PRATICHE

indirizzo

VIA SAN LIBORIO 33
citofono 1009

COSA HAI BISOGNO DI PORTARE

vestiti comodi, una tshirt di ricambio,
un pareo, una copertina

APPUNTAMENTO

l'arrivo alle lezioni è previsto 10 minuti prima
dell'inizio per poter cominciare e finire puntuali

AVVERTENZE

è buona abitudine spegnere il cellulare durante le
lezioni per essere liberi di tuffarsi completamente
nell'esperienza



www.vanipignatelli.com



TUTTE LE LEZIONI ANCHE SU ZOOM

Se non sei di Napoli o se qualche volta ti impigrisci ma vuoi dare continuità e costanza alla tua pratica, sappi che potrai partecipare alle lezioni anche su ZOOM.

Tutto quello di cui avrai bisogno è:

- un ipad oppure pc con una video camera ad alta risoluzione (il cellulare non è sufficiente perchè io ti veda e sia in grado di correggerti, e non lo è nemmeno perchè tu possa vedermi mentre ti mostro le asana);
- una connessione internet efficace e stabile, 2/3 Mbps;
- un tappetino da Yoga, un cuscino da meditazione, un pareo o una copertina;
- assicurarti di avere uno spazio tutto per te dove tutti sappiano che non devono disturbarti per tutta la durata della pratica





CHI È VANI

Vani Valeria Pignatelli è un'appassionata innamorata della vita che si lascia guidare da ciò che le fa battere il cuore.

È un'insegnante di Yoga, facilitatrice di Meditazione di Osho e Massaggiatrice, specializzata nel Massaggio Ayurvedico del Seno e nel Reiki.

Ciò che anima veramente il suo lavoro è la sua esperienza e formazione presso la Scuola Tantralife, dove ha scoperto il corpo, i sensi e la passione che li anima come il tempio più sacro che si possa mai sperimentare.

Nel suo Studio situato nel quartiere Pignasecca, Vani offre una piccola oasi dove prendersi cura di sé stessi, scaricare lo stress, rilassarsi, nutrire il proprio corpo ed espandersi nella gioia del cuore.





CONTATTI

**Mi puoi contattare telefonicamente o su whatsapp
a questo numero**

340 39 47 732

**questo invece è il mio sito web dove puoi scoprire
qualcosa di più sulla mia formazione**

[www.vanipignatelli](http://www.vanipignatelli.com)

Mi trovi anche su

FACEBOOK, INSTAGRAM, PINTEREST e YOUTUBE

**dove puoi trovare ispirazioni, suggerimenti e brevi
pratiche di Yoga e Meditazione per portare quiete, amore
e bellezza nella tua vita quotidiana**



www.vanipignatelli.com



GLI ALTRI SERVIZI

Massaggio Rilasante

Massaggio Disintossicante

Massaggio Ayurvedico del Seno

Massaggio Mestruale

Massaggio dei Piedi

Classi private di Yoga e Meditazione

Trattamenti Reiki

Iniziazioni Reiki

“A tu per tu” con La Meditazione

(un programma personalizzato per portare la meditazione
nella tua vista quotidiana)

CHIEDIMI INFO!



www.vanipignatelli.com