

SOUL RETREAT*

VIAGGIO DELL'ANIMA A MARRAKECH

Un'esperienza olistica di trasformazione, connessione e rinascita



DAL 2 AL 7 GIUGNO 2026

Riad in Esclusiva - Marrakech - Marocco

INFOLINE: 329 981 2030 - 334 945 4140



SOUL RETREAT

VIAGGIO DELL'ANIMA A MARRAKECH

Un'esperienza olistica di trasformazione, connessione e rinascita.

Un viaggio nel cuore del Marocco, tra silenzi, colori e profumi che risvegliano l'anima. Un tempo sospeso dedicato all'ascolto, alla presenza e alla riconnessione profonda con sé stessi.

In questi giorni, accompagnati dal suono, dalla meditazione e dalla condivisione, vivremo un percorso di trasformazione e rinascita. Un cammino per ricordare chi siamo e da dove veniamo, per riconnetterci alle nostre radici più autentiche e al potere della nostra luce interiore.

Nel cerchio del Soul Retreat ci metteremo a nudo, lasciando cadere le maschere, aprendoci con fiducia e delicatezza alla condivisione con anime affini. Un'esperienza che ci invita a riconoscere la bellezza dell'essere visti, accolti e amati per ciò che siamo, nella nostra verità più profonda.

Alloggeremo in un Riad, in esclusiva, nel cuore della Medina di Marrakech, una dimora tradizionale marocchina che sarà interamente riservata al nostro gruppo. Un luogo intimo e accogliente, dove il tempo rallenta e ogni dettaglio racconta la magia di un'antica cultura.

Saremo coccolati da uno staff locale che si prenderà cura di noi con amore e dedizione, offrendoci ogni giorno piatti autentici della cucina marocchina, preparati con ingredienti freschi, spezie profumate e tanta passione.



Oltre alle pratiche di **Sound Healing, Regressione alle Vite Passate, Meditazione, Mindfulness e Cerchi di consapevolezza**, vivremo momenti di scoperta e meraviglia attraverso escursioni e tour culturali.

Esploreremo la vibrante città di Marrakech, con i suoi souk colorati, i giardini segreti e le sue atmosfere sospese tra sacro e quotidiano. E ci spingeremo fino al deserto di Agafay, dove ci attenderà una cena berbera sotto le stelle, immersi nel silenzio e nella maestosità del paesaggio.

Un'esperienza immersiva e autentica, dove spiritualità, cultura e bellezza si intrecciano in un unico grande viaggio: un viaggio dell'anima, per ritrovarsi, aprirsi e rinascere nel cuore pulsante del Marocco.

PERCHÉ PARTECIPARE

Questo retreat è per chi sente il desiderio di prendersi uno spazio sacro per sé, per chi è in cammino, per chi cerca risposte, o semplicemente vuole riconnettersi alla propria verità più profonda. **È per Te, se senti il bisogno di lasciar andare ciò che non ti appartiene più, e accogliere con consapevolezza una nuova versione di te.** È per chi vuole rigenerarsi nell'anima e nel corpo, incontrare persone affini e riscoprire la magia della condivisione vera.

Ti aspettiamo nell'atmosfera magica del Marocco, tra i colori e i profumi di Marrakech, per vivere un'esperienza trasformativa, profonda e umana.



PROGRAMMA "SOUL RETREAT"



Gli orari e le attività del suddetto PROGRAMMA, seguendo e accogliendo il fluire e il sentire del gruppo, potranno subire delle piccole variazioni.

MARTEDI' 2 GIUGNO 2026 – ARRIVO E ACCOGLIENZA

Ore 15:00 – Arrivo e sistemazione presso il Riad Alaka, situato nel cuore della Medina di Marrakech e riservato in esclusiva al nostro gruppo.

Ore 16:00 – Cerchio di Apertura: Presentazione del Retreat, incontro con il gruppo e Meditazione di Connessione, per entrare con presenza e consapevolezza nello spazio sacro del Soul Retreat.

Ore 18:00 – Tempo Libero

Ore 20:00 – Cena tradizionale marocchina presso il Riad

Ore 21:30 – Passeggiata serale in Medina

Ore 23:00 – Cerchio serale di Accoglienza e Atterraggio, per concludere in modo accogliente e rassicurante la prima giornata e prepararci con dolcezza al riposo della notte.



MERCOLEDI' 3 GIUGNO 2026 – IL RESPIRO E LA PRESENZA

Ore 08:30 – Colazione

Ore 09:30 – TOUR MEDINA SUD - Viaggio affascinante, accompagnati da una guida locale certificata perfettamente parlante italiano, tra i luoghi più iconici di Marrakech: Piazza Jemaa el-Fna, Palazzo Bahia, Tombe Saadiane (o Palazzo El-Badi) e visita a un'erboristeria tradizionale, dove ci sarà l'opportunità di conoscere spezie, oli e rimedi della tradizione marocchina. Un percorso ricco di storia, colori e profumi, perfetto per immergersi nell'anima più antica della città.

Ore 13:00 – Pranzo Marocchino presso il Riad

Ore 15:00 – Pratiche di Respirazione Consapevole e teoria Polivagale: Connessione Corpo-Respiro-Emozioni.

Ore 16:30 – Mindfulness e Movimento dolce ispirato allo Yoga.

Ore 18:00 – Tempo Libero

Ore 19:30 – Tramonto e Cena in Medina

Ore 23:00 – Cerchio serale di Radicamento e Presenza, per chiudere la giornata con stabilità calma e centratura.

GIOVEDI' 4 GIUGNO 2026 – IL VIAGGIO INTERIORE

Ore 08:30 – Colazione

Ore 09:30 – Cerchio introduttivo su: il Viaggio dell'Anima, Vita oltre la Vita e riflessioni sull'Anima Eterna.

Ore 11:00 - Regressione alle Vite Passate di Gruppo: esplorazione profonda delle memorie dell'Anima. Momento di integrazione e condivisione.

Ore 13:00 – Pranzo Marocchino presso il Riad

Ore 15:00 – Visita Giardini di Majorelle

Ore 17:00 – Passeggiata nel Souk e Hammam Tradizionale Marocchino (facoltativo)

Ore 19:00 – Tempo Libero

Ore 19:30 – Tramonto e Cena in Medina

Ore 22:30 – Cerchio serale di Integrazione dell'Anima, per permettere di assimilare l'esperienza vissuta durante la regressione e di ritrovare calma e radicamento.

VENERDI' 5 GIUGNO 2026 – IL SUONO CHE GUARISCE

Ore 08:30 – Colazione

Ore 09:30 – Immersione nel Sound Healing a 432Hz con Essenze Vibrazionali

Ore 11,00 – Cerchio tematico su Relazioni, Autostima e Confini

Ore 13:00 – Pranzo Marocchino presso il Riad

Ore 15:00 – Tempo Libero

Ore 16:00 – Partenza per il Deserto dell'Agafay

Ore 18:30 – Gita in Cammello al Tramonto

Ore 20:00 – Cena Berbera nel Deserto con Spettacolo

Ore 22:30 – Rientro a Marrakech

Ore 23:00 – Cerchio serale di Armonizzazione del Cuore, dedicato all'ascolto del cuore e all'armonizzazione delle emozioni.



SABATO 6 GIUGNO 2026 – EMOZIONE E BAMBINO INTERIORE

Ore 08:30 – Colazione

Ore 09:30 – TOUR MEDINA NORD: Esplorazione, con guida locale certificata perfettamente parlante italiano, della parte più autentica e artigianale di Marrakech. Visita dei Giardini Segreti e della maestosa Medersa Ben Youssef. Passeggiata tra botteghe artigiane, laboratori tradizionali e souk vivaci, tra tessuti, spezie, ceramiche e antichi mestieri. Tappa in un'erboristeria tipica, per scoprire i segreti della Medicina Naturale Marocchina. Un'immersione nell'artigianato e nell'autenticità marocchina.

Ore 13:00 – Pranzo Marocchino presso il Riad

Ore 15:00 – Cerchio sulle Emozioni: riconoscere, accogliere e trasformare. Lavoro sul Bambino Interiore, pratica di guarigione emozionale.

Ore 18:00 – Tempo Libero

Ore 19:30 – Tramonto in Medina

Ore 20:00 – Cena presso Ristorante Tradizionale Marocchino Dar Essalam con spettacolo dal vivo

Ore 23:00 – Cerchio serale del Perdono e del Lasciare Andare, per liberare tensioni relazionali emerse durante l'attività pomeridiana.



DOMENICA 7 GIUGNO 2026 – RINASCITA E CHIUSURA

Ore 08:30 – Colazione

Ore 09:30 – Meditazione e Pratica conclusiva di Sound Healing

Ore 10,30 - Cerchio di chiusura del Retreat: condivisione finale, messaggi per il futuro e benedizione del Viaggio concluso

Ore 12:00 – Check-out

Ore 13:00 – Partenza per l'Aeroporto



LE ATTIVITA' OLISTICHE

"SOUL RETREAT"



Le Discipline del Soul Retreat – Viaggio dell'Anima a Marrakech

Durante questo retreat vivremo un percorso di riconnessione profonda con noi stessi, fatto di suoni, silenzi, respiro, condivisione e presenza. Un viaggio interiore per ricordare chi siamo davvero e da dove veniamo, lasciandoci guidare dal cuore e dalla saggezza del corpo.


Qui di seguito, una breve descrizione delle 7 discipline selezionate per voi:




✨ **Meditazione e Mindfulness** - La meditazione e la mindfulness saranno il filo conduttore del nostro percorso, pratiche che ci aiuteranno a rallentare, ritrovare centratura e riconnetterci profondamente al momento presente. Attraverso meditazioni guidate, respirazione consapevole e visualizzazioni, imparerai a osservare pensieri ed emozioni senza giudizio, lasciando spazio a calma, lucidità e ascolto interiore. La mindfulness verrà integrata anche nella vita quotidiana del Retreat - nei pasti, nelle passeggiate, nei momenti di silenzio - per riscoprire la bellezza dei gesti semplici e sviluppare una presenza più radicata e autentica.




🌟 **Cerchi Tematici su Relazioni, Autostima e Confini** - All'interno del retreat dedicheremo alcuni momenti ai cerchi tematici, spazi sicuri e guidati in cui esplorare dinamiche fondamentali come le relazioni, l'autostima e la capacità di stabilire confini sani. Attraverso domande mirate, esercizi di consapevolezza e condivisioni volontarie, i partecipanti avranno l'opportunità di osservare i propri schemi relazionali, riconoscere i bisogni profondi e portare maggiore gentilezza e presenza nel rapporto con sé e con gli altri. Questi cerchi favoriscono una comprensione più chiara dei propri limiti interiori ed emozionali, aiutando a sviluppare un modo più autentico e centrato di stare nelle relazioni, con maggiore fiducia e stabilità.

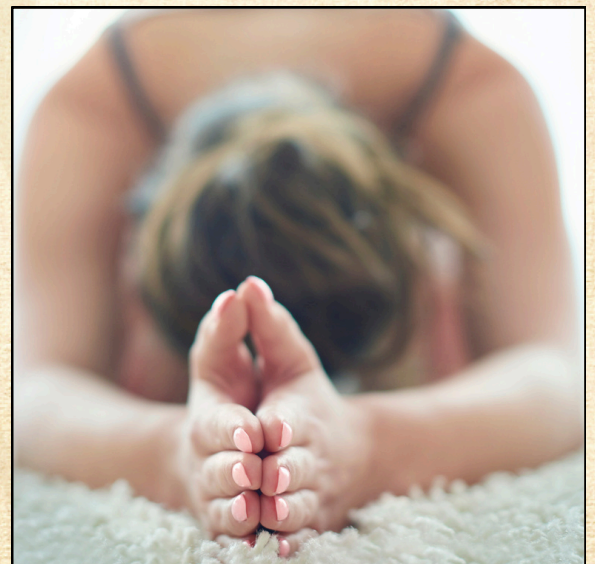
 **Sound Healing** - Durante il retreat vivremo sessioni immersive di Sound Healing, un'esperienza profonda di riequilibrio energetico attraverso il potere del suono. Utilizzeremo campane tibetane, tamburi sciamanici e altri strumenti ancestrali accordati a 432Hz, una frequenza che favorisce rilassamento, armonizzazione e un naturale riallineamento del sistema corpo-mente. Le vibrazioni sonore penetrano delicatamente nei tessuti, facilitano il rilascio delle tensioni e aiutano a sciogliere blocchi emotivi ed energetici, favorendo un senso di pace, apertura e leggerezza.



 **Esercizi di Respirazione e Regolazione del Sistema Nervoso** - Attraverso tecniche di respirazione dolce e consapevole, ispirate alla teoria polivagale, impareremo a riportare equilibrio al sistema nervoso, calmando la mente e sciogliendo le tensioni accumulate. Utilizzeremo pratiche semplici ma profonde - come il respiro diaframmatico, la coerenza cardiaca e la respirazione ritmica - per favorire rilassamento, presenza e stabilità emotiva. Questi esercizi aiutano a liberare lo stress, migliorare la qualità del sonno e creare uno spazio interno più sereno e ricettivo.



 **Pratiche di Consapevolezza** - Attraverso sequenze morbide ispirate allo Yoga, esploreremo il corpo in modo lento e intuitivo, favorendo una maggiore presenza e un ascolto profondo di ciò che accade dentro di noi. Il movimento dolce aiuta a sciogliere tensioni, migliorare la mobilità naturale e creare un contatto più autentico con il proprio ritmo interiore. Queste pratiche uniscono corpo e respiro, permettendo di ritrovare centratura, leggerezza e vitalità. Sono esercizi semplici, piacevoli e adatti a ogni livello, pensati per riportare armonia tra corpo, mente ed emozioni.





♥♥ **Cerchi di Condivisione e Lavoro sulle Emozioni Bambino Interiore** - In un clima protetto e accogliente, i cerchi di condivisione offrono uno spazio gentile in cui esplorare il proprio mondo emotivo attraverso il dialogo e l'ascolto reciproco. Attraverso pratiche guidate lavoreremo sulle emozioni più presenti, imparando a riconoscerle, accoglierle e trasformarle con maggiore consapevolezza. All'interno di questi incontri verrà integrato anche un lavoro sul bambino interiore, per entrare in contatto con quelle parti di noi che ancora chiedono cura, comprensione e delicatezza.



🌀 **Regressioni alle Vite Passate e Vita oltre la Vita** - Attraverso meditazioni profonde e guidate, accompagneremo i partecipanti in regressioni di gruppo alle vite passate, un'esperienza collettiva che permette di esplorare memorie simboliche o archetipiche in un contesto sicuro e condiviso. Questo tipo di lavoro favorisce nuove comprensioni su schemi ricorrenti, emozioni radicate o talenti che emergono anche nella vita attuale, offrendo uno spazio di crescita e introspezione. Dedicheremo inoltre un cerchio tematico alla vita oltre la vita, un momento di riflessione e apertura verso il viaggio dell'anima, le sue tappe evolutive e il senso di continuità dell'esperienza.

Il Riad in esclusiva dove gli Operatori e i partecipanti alloggeranno, permetterà di vivere queste esperienze in piena sicurezza, intimità e condivisione. La location offre diversi spazi, al chiuso e all'aperto, che verranno utilizzati di volta in volta per le attività sopradescritte.





GLI OPERATORI

"SOUL RETREAT"



MAURA GENZARDI

Psicologa (Iscrizione all'Ordine degli Psicologi del Lazio con il n. 31360) con un approccio Olistico e Spirituale, esperta in Regressioni alle Vite passate. Si occupa di Mindfulness, meditazione e pratiche di consapevolezza profonda e guida percorsi di Crescita Personale. E' Operatrice Reiki III livello, Cristalloterapeuta, Operatrice del Suono e Master Gong. Conduce Bagni di Gong di gruppo e Massaggi Sonori individuali.



DANIELE CONTE

Operatore del Suono, Advanced Master Gong. E' un musicista che dopo aver incontrato il "Suono Sacro", ha deciso di abbracciare il Sound Healing in tutte le sue forme ed espressioni. E' anche Operatore Translational Music a 432hz, un creativo e un ingegnere del suono. Si occupa da diversi anni di Eventi Olistici multidisciplinari e Bagni di Gong di gruppo. Studioso di Medianità e Parapsicologia



LOCATION

"SOUL RETREAT"

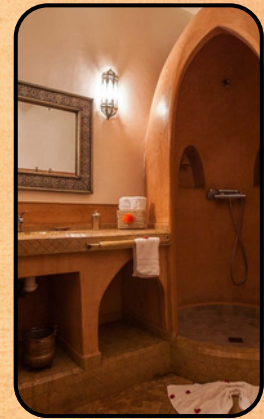
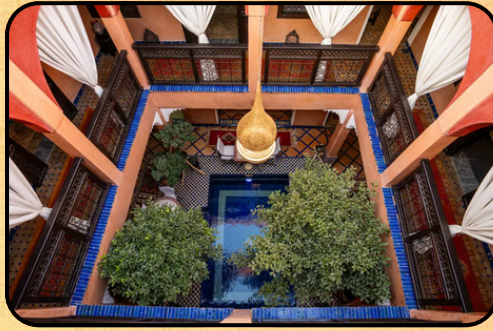


Riad Alaka – Il nostro spazio sacro nel cuore di Marrakech

Il Soul Retreat – Viaggio dell'Anima si svolgerà all'interno di un Riad tradizionale marocchino, situato nel cuore vivo e autentico della Medina di Marrakech, a pochi passi dai luoghi storici più affascinanti della città.

Come anticipato, il Riad sarà riservato in esclusiva al nostro gruppo, offrendo uno spazio protetto, intimo e silenzioso dove immergersi completamente nel percorso olistico.

Benvenuti al
Riad Alaka



Caratterizzato da architettura tipica marocchina, colori caldi, dettagli artigianali e un'atmosfera accogliente, il Riad dispone di camere eleganti e confortevoli, curate con amore e attenzione ai dettagli.

Gli spazi comuni — patio interno, terrazza e zone relax — saranno il luogo perfetto per meditare, riposare, condividere e integrare le esperienze del retreat.

Ogni giorno verremo deliziati da piatti marocchini preparati direttamente in struttura, con ingredienti locali e ricette tradizionali, per vivere un'autentica esperienza gastronomica. Il Riad rappresenta il nostro porto sicuro: un'oasi di calma in cui tornare dopo i tour nella Medina, le escursioni nel deserto e le passeggiate nei vicoli caotici della Medina.

Sarà la nostra casa nel cuore del Marocco: un luogo dove sentirsi accolti, protetti, nutriti e liberi di esplorare il viaggio interiore con profondità e serenità.



QUOTA DI ADESIONE

"SOUL RETREAT"



LA QUOTA DI ADESIONE COMPRENDE

- Pernottamento in camera doppia presso il Riad Alaka, prenotato in esclusiva per il gruppo, da Martedì 2 Giugno a Domenica 7 Giugno 2026, con prima colazione inclusa.
- N° 5 pasti marocchini presso il Riad Alaka.
- Tutte le attività olistiche del Soul Retreat, tra cui: Meditazione e Mindfulness; Esercizi di respirazione consapevole e regolazione del sistema nervoso (Teoria Polivagale); Pratiche di consapevolezza e movimento dolce ispirato allo Yoga; Cerchi di condivisione e lavoro sulle emozioni e bambino interiore; Regressione di gruppo alle Vite Passate e cerchio "Vita oltre la Vita"; Sound Healing con strumenti ancestrali a 432Hz e cerchi tematici su relazioni, autostima e confini; Cerchi serali di integrazione, radicamento e armonizzazione.
- N° 2 Tour di Marrakech (Medina Nord e Medina Sud) con guida locale certificata.
- Visita e biglietto d'ingresso ai Giardini di Majorelle.
- Escursione privata nel deserto dell'Agafay con driver dedicato, con Cena Berbera tradizionale e spettacolo sotto le stelle.
- Cena tipica marocchina di Sabato 6 Giugno 2026 presso il Ristorante Dar Essalam (o altro ristorante pari requisiti), con spettacolo dal vivo
- Transfer privato da/per l'aeroporto con driver dedicato, all'arrivo e alla partenza.

LA QUOTA DI ADESIONE NON COMPRENDE

- Volo A/R per Marrakech, da prenotare autonomamente
- N° 2 cene libere nella Medina di Marrakech
- Eventuali spese personali, shopping, mance o servizi extra non menzionati nella voce "La quota comprende".

QUOTA DI ADESIONE

La Quota di Adesione per partecipare al “SOUL RETREAT”, ammonta, a tua scelta, a:

Quota "Early bird"

€1.090,00

(valida sino al 31/12/2025)

oppure

Quota "Standard"

€1.190,00

(valida dal 01/01/2026 in poi)

MODALITÀ DI PAGAMENTO & RATEIZZAZIONE

E' possibile pagare la Quota di Adesione in un'unica soluzione. Ma per rendere la partecipazione al Soul Retreat più semplice ed accessibile, è possibile suddividere la quota in 4 comode rate.

PROSPETTO DEL PAGAMENTO RATEALE “EARLY BIRD” (€ 1.090)

Nel caso della Quota di Adesione “Early Bird” (valida sino al 31/12/2025), il pagamento previsto è il seguente:

- 1) PRIMO ACCONTO (entro il 31 Dicembre 2025): € 300
- 2) SECONDO ACCONTO (entro il 28 Febbraio 2026): € 300
- 3) TERZO ACCONTO (entro il 15 Aprile 2026): € 300
- 4) SALDO (entro il 15 Maggio 2026): € ~~290~~ 190

PROSPETTO DEL PAGAMENTO RATEALE “STANDARD” (€ 1.190)

Nel caso della Quota di Adesione “Standard” (valida dal 01/01/2026 in poi), il pagamento previsto è invece il seguente:

- 1) PRIMO ACCONTO (a partire dal 1 Gennaio 2026): € 300
- 2) SECONDO ACCONTO (entro il 28 Febbraio 2026): € 300
- 3) TERZO ACCONTO (entro il 15 Aprile 2026): € 300
- 4) SALDO (entro il 15 Maggio 2026): € 290

I pagamenti potranno essere effettuati tramite bonifico bancario (gli estremi sono indicati all'interno del Form di Prenotazione).

POLITICHE DI CANCELLAZIONE

Al fine di garantire massima chiarezza e trasparenza l'Organizzazione ti comunica quanto segue: come da direttiva europea 2011/83/UE in tema di *contratti a distanza e di contratti negoziati fuori dai locali commerciali*, il partecipante ha diritto di richiedere il recesso entro 14 gg dal pagamento della quota del PRIMO ACCONTO. In tal caso, la quota di Adesione verrà restituita per intero. Altresì, trascorsi i 14 gg, la partecipazione verrà confermata e l'eventuale rinuncia, non prevederà - in nessun caso - la restituzione di quanto versato.

• **Cancellazioni successive:**

Per quanto concerne le eventuali cancellazioni e/o rinunce da parte del Partecipante al Retreat, verranno valutati solamente i casi di “forza maggiore” (quali malattia, impossibilità di raggiungere il luogo, gravose circostanze, etc). Sarà comunque a discrezione dell’Organizzazione decidere in quale misura (in base alle quote versate, al tempo che intercorre tra la rinuncia del Partecipante e la data del Retreat, etc) determinare eventuali restituzioni di quote e/o parte di esse.

• **Cessione delle Quote ad un altro Partecipante:**

E’ possibile cedere il proprio posto, in caso di impedimenti (vedi “cancellazioni successive”) a un’altra persona. Questo potrà avvenire senza costi aggiuntivi e previa comunicazione all’Organizzazione, entro e non oltre il giorno 2/05/2026.



PRENOTAZIONE AL RETREAT

“SOUL RETREAT”



Se senti che quanto letto ti risuona,
corrisponde alle tue aspettative e ai tuoi desideri
e hai quindi deciso di partecipare,
l’unica cosa che devi fare è

CLICCARE

sul tasto sottostante
e compilare il **Modulo di Adesione**
al SOUL RETREAT!

**PRENOTA
IL TUO POSTO**



CONTATTI

“SOUL RETREAT”



Per qualsiasi informazione i contatti sono i seguenti:

Maura Genzardi: 329.9872030

Daniele Conte: 334.6454140

unalomeessence@gmail.com