

# IL DESTINO IN UN PUGNO



*L'intento è semplicemente la consapevolezza di avere una possibilità, la chance di avere una chance. - C. Castaneda*

## QUANDO:

Incontri annuali per chi vuole ri-scoprire il potere dell'intenzione.

## COME:

Una bella camminata in montagna, ci si rilassa chiacchierando, si cammina ascoltando il proprio respiro. Arrivati in montagna si farà qualche esercizio di stretching per poi imparare come risvegliare l'energia dell'intento e usarla, con un movimento della tradizione Tolteca.

## DOVE:

Nelle montagne lecchesi per l'incontro a Milano o nell'altopiano di Asiago per l'incontro Vicentino.

## COSA SERVE:

Classico abbigliamento per una camminata in montagna: abbigliamento comodo, scarpe sportive, borraccia acqua, pranzo al sacco, cellulare preferibilmente spento.

## A CHE ORA:

Ci si trova la mattina presto e si ritorna il tardo pomeriggio.

## QUANTO DURA:

Tutto il giorno.

## QUANTO COSTA:

Il desiderio sfrenato di farlo ...