



Ganis Mindful Retreat

Ganischgerhof Mountain Resort & SPA presenta la partnership con **Thomas Bernagozzi, lo psicologo del benessere, istruttore certificato di Mindfulness e ideatore di Mindful.Latemar.**

Grazie all'accordo con Thomas Bernagozzi, Ganischgerhof Mountain Resort & SPA e il Mondo Ganis offrono alle **aziende e alle agenzie MICE & Incentives la possibilità di far sperimentare ai propri dipendenti/clienti i benefici della Mindfulness.** Attraverso percorsi personalizzati immersi nella natura incontaminata della Val d'Ega, gli ospiti potranno vivere esperienze uniche grazie al metodo del Wellbeing-Environment.

Questo approccio esperienziale, che include tecniche di meditazione, permette di **riaddestrare la propria attenzione** e creare una percezione di benessere, facilitando una profonda conoscenza del proprio stato mentale e **la capacità di essere presenti e consapevoli nel qui e ora.**

Ganischgerhof Mountain Resort & SPA e Ganis World propongono soggiorni su misura per gruppi fino a 30 persone completi di tutti i comfort e che includono il supporto del Dott. Bernagozzi e del suo Mindful.Latemar, **il primo percorso immersivo di Mindfulness in Italia.** Questo sentiero, composto da 18 stazioni, permette di praticare la Mindfulness immersi nel meraviglioso scenario delle Dolomiti, offrendo un'esperienza indimenticabile e rigenerante.

Esperienze fruibili in lingua italiana, tedesca e inglese.
Per maggiori informazioni: sales@ganis.it