



CONTATTI

www.palazzolodronbertelli.it
info@palazzolodronbertelli.it

www.ayurvedicpoint.it
info@ayurvedicpoint.it

Durante questa settimana, trattamenti ayurvedici, pratiche quotidiane, alimentazione consapevole, quiete e contatto con la natura diventano strumenti concreti per coltivare salute, prevenzione e uno stile di vita più armonioso, orientato alla longevità e al benessere profondo.



RITIRO AYURVEDICO ESCLUSIVO
31 MAGGIO – 6 GIUGNO 2026



INNER BLOOM®

AYURVEDIC MOUNTAIN RETREAT

Albergo Lodron Bertelli ★★★★★
Caderzone Terme (TN)



INNER BLOOM - Una settimana per tornare a sé

Nel cuore del Trentino, tra natura alpina, acque termali e quiete delle montagne, Inner Bloom è un ritiro ayurvedico di 7 giorni dedicato al riequilibrio del corpo e della mente secondo i principi dell'Āyurveda.

Organizzato da Ayurvedic Point, Scuola e Centro di Medicina Ayurvedica a Milano, in collaborazione con Albergo Palazzo Lodron Bertelli, dimora storica del 1400 a Caderzone Terme, il ritiro è ispirato ai temi della longevità, dello stile di vita e della prevenzione.

Ogni partecipante sarà seguito in modo personalizzato attraverso visita medica ayurvedica iniziale e controlli quotidiani, che orienteranno trattamenti, alimentazione e pratiche durante l'intero soggiorno.

Arrivo: domenica 31 maggio 2026 entro le ore 15:00

Inizio attività: ore 15:30

Partenza: sabato 6 giugno 2026, nel pomeriggio

Durata complessiva: 7 giorni/6 notti

Informazioni

info@palazzolodronbertelli.it +39 335 8754925

Albergo Lodron Bertelli ★★★★★

P.zza S. Antonio 8 - Caderzone Terme (TN)



PIÙ DI UN SEMPLICE RETREAT

Inner Bloom è un'esperienza immersiva di riequilibrio e ascolto.

Attraverso i principi dell'Āyurveda, il ritiro invita a riscoprire il valore di uno stile di vita equilibrato, orientato alla prevenzione e alla costruzione di una longevità sana, consapevole e sostenibile nel tempo.

Durante questa settimana, trattamenti ayurvedici, pratiche quotidiane, alimentazione consapevole, quiete e contatto con la natura diventano strumenti concreti per coltivare la salute ed uno stile di vita più armonioso.

Un invito a rigenerarsi e rifiorire dall'interno.

Il programma comprende:

- visite mediche ayurvediche
- integratori prescritti
- 2 trattamenti ayurvedici personalizzati al giorno
- pratiche quotidiane di Yoga
- respirazione e rilassamento
- alimentazione vegetariana ayurvedica personalizzata
- accesso alle Terme (secondo indicazione medica)
- momenti di quiete e passeggiate nella natura
- ingresso alla SPA
- incontri dedicati ai principi dell'Āyurveda, per una migliore comprensione dello stile di vita ayurvedico e degli strumenti per mantenere nel tempo i benefici dell'esperienza

Inner Bloom è pensato come un vero percorso di rinascita: un tempo prezioso da dedicare a sé per alleggerire il corpo, quietare la mente e lasciare emergere una nuova qualità di presenza, vitalità e ascolto.

Un invito a rallentare, a lasciare andare il superfluo e a ritrovare il proprio ritmo naturale in un ambiente protetto, competente e profondamente ispirante.

POSTI LIMITATI