

Retreat *evolutivo*

Weekend di purificazione
nella natura

26 | 27 | 28
SETTEMBRE 2025

Bio Agriturismo
Valle dei Calanchi,
Sermignano





Venerdì

26 settembre: il Potere

12.00 Check in

13.00 Pranzo

15.00 Camminata e pratica
nel bosco, con Giulia

18.30 Isometria di
superamento, con Carlo

20.00 Cena

21.45 Allenamento di
meditazione





Sabato

27 settembre: l'Energia

8.00 Pratica per lo sviluppo dei chakra, con Carlo

9.15 Colazione

10.15 Camminata sul sentiero degli Spazi Sacri

Pratica nel bosco, con Giulia

Pranzo disintossicante al sacco

Corso teorico e pratico nel bosco: La purificazione densa e sottile, con Carlo e Stefania

20.00 Cena

21.45 Cerchio di energia, con Carlo



Domenica

28 settembre: La Sfida

8.00 Pratica completa, con Giulia

9.00 Check-out

9.45 Colazione

10.45 Camminata e pratica in coppia nel bosco, con Carlo e Giulia

13.00 Pranzo

15.00 Allenamento di velocità mentale, con Carlo

16.00 Sfida emotiva, con Carlo

17.30 Partenza



Bio Agriturismo Valle dei Calanchi

Questo è un luogo unico, immerso nella natura incontaminata della Toscana.

Gli appartamenti sono ampi, luminosi ed accoglienti, ognuno con il suo giardinetto esterno. La sala per le attività interne è stata progettata con l'intento di indurre un senso di pace ed armonia.

Esternamente, il Bio Agriturismo possiede molti percorsi adatti alle camminate e alle pratiche. Lo spazio esterno accoglie anche una grande piscina attrezzata di lettini e zone d'ombra.



Tutti gli ingredienti sono 100% biologici e a km zero, raccolti in mattinata dall'orto, dal frutteto, dai prati o dal bosco. Serviamo piatti dell'antica tradizione locale e per questo scegliamo farine e legumi di varietà antiche.



Valentina Teodori

La nostra chef è un'anima creativa ai fornelli, capace di trasformare ingredienti semplici e genuini in piatti pieni di colore, gusto ed armonia. Con passione e amore, seleziona materie prime biologiche e di stagione del nostro orto, nonché le innumerevoli erbe spontanee che la nostra vallata ci regala, creando ricette che nutrono corpo e anima.

Ma la sua cucina non è solo un'arte culinaria, è anche una sinfonia di emozioni: infatti con il suo passato di soprano lirico, non è escluso che possiate ascoltare la sua dolcissima voce mentre prepara le sue specialità. Il suo canto si intreccia con i profumi delle erbe aromatiche e delle spezie, regalando un'esperienza unica a chi passa accanto alla cucina.

Tutti i pasti sono di origine vegetale, squisiti e preparati con amore.

Testimonianze



Francesco Viti

Il mio retreat con Carlo è stata una delle più belle occasioni di crescita personale in tutta la mia vita. Collaborare come maestro di Arrampicata è stato bellissimo, ma essere lì come allievo del DeROSE Method, mi ha reso più sicuro di me stesso ed evoluto dal punto di vista mentale ed emotivo. Grazie Carlo!



Natalia Roldan

Questo retreat è stato superlativo, senza dubbi il retreat più bello al quale io abbia partecipato. Sono stati tre giorni di pura gioia, energia, risate, attività e pratiche potenti, rigeneranti che ti scolpiscono e ti trasformano dentro e fuori. Una coccola per l'anima e per il corpo!



Luca Petrella

Dopo aver avuto un'esperienza fantastica il primo anno, non credevo che anche l'anno successivo sarebbe stato possibile eguagliare quanto vissuto l'anno prima, invece con mio immenso piacere sono stato smentito.



Aldo Barduagni

Ho partecipato a tutte e due le edizioni, mi sono messo alla prova con attività divertenti e sfidanti, sono tornato arricchito soprattutto dentro e non vedo l'ora di partecipare alle prossime date.

Testimonianze



Regina Ricci

Il Retreat è stato un'esperienza piena e gratificante, ricca di tante cose belle, oltre alla pratica. Ho partecipato anche l'anno scorso e quest'anno hanno perfezionato i tempi e l'organizzazione... non vedo l'ora di partecipare al prossimo!



Simona Boccia

Sia l'anno scorso che quest'anno sono tornata a casa piena di entusiasmo e con un'energia rinnovata. Grazie di cuore a Carlo e tutto il suo team.



Benedetta Lucherini

Il retreat è un'esperienza unica, è il secondo anno consecutivo che ho partecipato e ogni anno migliora. È un bel regalo a se stessi, alla crescita dell'anima, alla tonificazione fisica e all'ossigeno in tutto il corpo.



Alessandra Petaccia

È il secondo anno che partecipo con grande entusiasmo al Retreat Evolutivo presso il Misia Country Resort, ed anche questa volta è stata un'esperienza straordinaria e trasformativa.

Testimonianze



Alessandro Sgamuffa

Tutte le persone presenti erano meravigliose ed è stato un piacere condividere questa esperienza con loro. Tutte le pratiche, gli insegnamenti e le visualizzazioni molto potenti che abbiamo sperimentato insieme ancora oggi continuano a produrre risultati.



Raffaella Frascarelli

Luogo magico circondati dalle lucciole, cibo vegano che accarezza il palato, bagni di boschi per riscoprire il profumo dell'aria pura sprigionata dagli alberi, rose a profusione e nuove amiche e amici con cui sorridere alla vita.



Eleonora Taddeini

In soli 3 giorni è possibile approfondire la percezione di se stessi e arrivare a sentire un benessere, forza ed un equilibrio prezioso e indispensabile per poter affrontare le sfide della vita.



Emanuele Flammini

Il retreat evolutivo organizzato da Carlo Mea e dai suoi collaboratori è stato un momento magico di scoperta interiore, di gioia nel condividere emozioni con altre persone, di benessere fisico e culinario.



Retreat evolutivo

Weekend di purificazione
nella natura

26 - 28 SETTEMBRE 2025

Organizzazione:

Carlo Mea

carlo.mea@derosemethod.org

340 268 7390

Clotilde Passalacqua

cloth75@gmail.com

+44 7552 758216