



**Spazio Shiatsu Pilates Milano**

**“WINTER RETREAT 2026”  
28 / 29 / FEBBRAIO - 1° MARZO 2026**

**YOGA + PILATES + DO-IN miofasciale + POSTURALE +  
TRATTAMENTI SHIATSU**

**presso “IL BORGO ZEN” – Olda (Bg)**

**i conduttori:**

**Paolo Petrò.** Pilates Matwork - Do-In teacher – Shiatsu

**Veronica Orlando.** Yoga - Do-In teacher - Shiatsu

**Costo del ritiro: 130 €**

**Tariffa dedicata ai soci Cral Politecnico Milano: 110 €**

**iscrizione entro il 16 gennaio 2026**

Due notti in pensione completa + merende e tisane a persona:

**camera con servizi in singola 225 € – doppia 195 € – tripla 185 €**

Sono ammessi amici o familiari aggregati non partecipanti al ritiro solo nel caso in cui rimangano posti disponibili in struttura.

Quota del ritiro e prenotazione camere all'organizzatore con bonifico a  
Paolo Petrò - BANCO BPM - Iban IT64 S 05034 01695 0000 0000 3598

oppure PayPal [paolopetro@yahoo.com](mailto:paolopetro@yahoo.com)

quota del soggiorno direttamente alla struttura al check-in

Il ritiro verrà confermato col numero minimo di 16 iscritti aggregati esclusi

**Contatti:**

[paolopetro@yahoo.com](mailto:paolopetro@yahoo.com) +39 392 6984862 – Ig [paolo\\_spazioshiatsumilano](#)

[veronica.orlando.shiatsu@gmail.com](mailto:veronica.orlando.shiatsu@gmail.com) +39 349 1234212 - fb – Ig [veronica.orlando.77](#)

[www.ilborgozen.it](http://www.ilborgozen.it)

*Buon Anno Nuovo!!!!*



**Ecco a Voi l'edizione  
invernale del Retrait di  
Spazio Shiatsu Pilates  
Milano**

**Torniamo agli 800mt  
slm dell'integra Val  
Taleggio c/o il Borgo  
Zen di Olda (Bg)**

**Una occasione  
rigenerante di pratiche  
distribuite nelle tre  
giornate, passeggiate e  
saune sostenuti da cibo  
naturale preparato con  
cura**

**Conosceremo la pratica  
invernale della  
tradizione giapponese  
per rinforzare il corpo e  
calmare la mente**

**Una esperienza aperta  
a tutte e tutti per ogni  
grado di preparazione**

