

*vacanza benessere e di ricerca interiore*

**4 - 11 ottobre 2026**

# VELA E ROTTE INTERIORI

**ISOLE GRECHE: NAXOS - KOS, L'INIZIAZIONE DEL MARE**

SETTE GIORNI IN BARCA A VELA DALLE CICLADI AL DODECANESO,  
PER VIVERE UN VIAGGIO DI TRASFORMAZIONE E REALIZZAZIONE,  
TRA MARE, SILENZIO E CONNESSIONE CON GLI ELEMENTI

Con il patrocinio di

MEDITAZIONE - QI GONG - RICONNESSIONE PROFONDA  
RIGENERAZIONE FISICA E MENTALE - NATURE THERAPY - MARE - RELAX



# VELA E ROTTE INTERIORI

## ISOLE GRECHE: NAXOS - KOS, L'INIZIAZIONE DEL MARE

*Dalle Cicladi al Dodecaneso: Un Viaggio in Barca a Vela*

**Itinerario Crociera: Naxos - Koufonisi - Antikeros - Anafi - Astipalea - Kos**

Immagina un viaggio in barca a vela dove il mare diventa una guida silenziosa.

Il vento rallenta i pensieri, il ritmo delle onde invita all'ascolto e ogni giorno è un'occasione per tornare a sé stessi. Navigando tra acque cristalline, si crea uno spazio autentico di condivisione, presenza e semplicità. A bordo, la meditazione si intreccia con la vita quotidiana: all'alba, con il sole che nasce dal mare, o al tramonto, quando il cielo si tinge d'oro. È un viaggio interiore fatto di respiro, silenzio e consapevolezza, sostenuto dalla forza naturale degli elementi.

E intorno, la magia delle isole greche: baie segrete, villaggi bianchi sospesi nel tempo, profumi di terra e di sale. Un'esperienza che unisce esplorazione e introspezione, libertà e radicamento. Non solo una vacanza, ma un ritorno all'essenziale, dentro e fuori. Scopriamo insieme questo itinerario in barca a vela in Grecia, che unisce lavoro su di sé, avventura e bellezza.

Il viaggio inizia nella vibrante Naxos e si conclude a Kos, coprendo un itinerario dinamico attraverso l'arcipelago delle Cicladi, esplorando le Piccole Cicladi e le gemme più meridionali del Dodecaneso.

*Un viaggio dinamico e vivo, ma allo stesso tempo profondo e trasformativo!*

### Chi vi accompagnerà:

**Jhonny Mariotto** Scrittore, Motivatore, Ricercatore Spirituale, Facilitatore del Ben-Essere. Tiene seminari e conferenze sull'arte di "vivere consapevolmente", integrando pratiche della presenza mentale - così come insegnato dalle antiche tradizioni orientali - quale potente strumento di trasformazione individuale.



**Manuela Monari** insegnante e scrittrice, è Counselor ad indirizzo Mindfulness, Custode del Mantra Madre, Therapy Forest Guide, Guida di Meditazione, Master Gong, Istruttrice di Yoga Sciamanico, promotrice della Via del Cerchio. Ha studiato il Buddhismo Tibetano all'ILTK di Pomaia, con certificazione del FPMT.



**Lo Skipper - Orlando** Sono appassionato oltre che di vela e di mare anche di cucina, musica e astronomia. Navigo da più di 20 anni fra le Isole della Grecia. Sono iscritto all'albo della gente di mare in prima categoria come conduttore di imbarcazioni da diporto adibite al noleggio. Da anni organizzo corsi di vela ed è sempre con grande piacere che insegno l'arte del navigare.



### COSA COMPRENDE IL VIAGGIO

- 7 giorni in barca a vela
- Tutte le pratiche e le attività di consapevolezza
- Trasferimenti da e per l'aeroporto di arrivo

### COSA NON COMPRENDE IL VIAGGIO

- Volo aereo (quotazione da parte dell'agenzia soggetta a verifica al momento della prenotazione)
- Assicurazione personale (obbligatoria)
- Extra (tutto ciò non descritto in programma)



COSTO VIAGGIO

**990,00 €**



CASSA COMUNE CIBO / PASTI  
e RISTORANTI (indicativamente)

**250,00 €**



VOLO AEREO

ACQUISTABILE DIRETTAMENTE  
CON L'AGENZIA VIAGGI PARTNER

INFO E PRENOTAZIONI: 349 3149689

[www.samsaraflow.net](http://www.samsaraflow.net) - [www.jhonnymariotto.it](http://www.jhonnymariotto.it)