



WWW.ENTROPICBRAIN.COM

d-ENTRO 2025

d-ENTRO è un retreat olistico, interdisciplinare ed esperienziale nato in California, frutto degli studi e della vasta esperienza internazionale della dott.ssa Cristina Penna. È pensato per aiutarti a superare i blocchi che ti trattengono in una situazione indesiderata e per guidarti verso una comprensione più profonda di te stesso e del mondo che ti circonda. d-ENTRO è un'esperienza unica di riflessione profonda che può diventare un autentico punto di ripartenza.

5-7 SETTEMBRE
ROCCA MALATINA (MO)



KOINÈ S.R.L.
VIA CÀ BASINELLI 266,
GUIGLIA, FRAZIONE
ROCCA MALATINA (MO)



DALLE ORE 14:00 DI
VENERDÌ 5 SETTEMBRE
ALLE ORE 16:30 DI
DOMENICA 7 SETTEMBRE



INFO E PRENOTAZIONI
INFO@ENTROPICBRAIN.COM
+39 339 122 9989



Entropic Brain

Entropic Brain è un percorso ideato dalla Dott.ssa Cristina Penna per accompagnarti nella tua crescita personale in modo completo e integrato.

L'obiettivo è di ritrovare equilibrio mentale ed emotivo, migliorando la capacità di affrontare le sfide della vita.

Un concetto chiave di questo approccio è l'**entropia cerebrale**, che si riferisce alla flessibilità e alla plasticità del nostro cervello. Quando l'entropia è ben regolata, siamo più adattabili, creativi e resilienti. Questo si traduce in una mente più aperta, una maggiore chiarezza nelle scelte e **una vita più serena ed equilibrata**.

d-ENTRO si fonda su questo, rappresentando un momento intenso del tuo viaggio trasformativo di auto-scoperta.

WWW.ENTROPICBRAIN.COM

Entropic Brain nasce dall'esperienza, in Italia e in California, sugli stati non ordinari di coscienza e terapie psichedeliche della dott.ssa **Cristina Penna**, laureata in psicologia clinica, counselor e insegnante di yoga e meditazione (RYT500+).



La fattoria Koinè

Un'antica fattoria dell'800 nei pressi del Parco dei Sassi di Rocca Malatina, ristrutturata nel 2010 e circondata da uno splendido giardino di piante officinali e da un castagneto centenario.

Un posto incantato dove ritirarsi in connessione con la natura e con mente, corpo ed anima.

Koinè S.r.l. Via cà Basinelli 266, Guiglia,
Frazione Rocca Malatina (MO)

DOVE DORMIRE

Ristorante Pensione Santina - Via Monte, 92 Rocca Malatina

A 5 minuti a piedi dalla fattoria - camminata nel verde
tel. 059 795855 / ristorante.santina@gmail.com

B&B Sotto i Sassi - Via Rio Castellino, 171 Guglia

Location bellissima immersa nel Parco dei Sassi.
Tel: 337 331802 / www.sottoisassi.com

Agriturismo Casa Rastelli - Via Pieve di Trebbio 1606, Guglia

Situato nel borgo, è un casale tipico con vista sui Sassi.
tel 339 5895687 / info@agriturismocasarastelli.it

QUESTE SONO LE STRUTTURE CONSIGLIATE, CONTATTACI SE PREFERISCI ALTRE STUTTURE, TI
CONSIGLIEREMO VOLENTIERI



Per il tuo terapeuta

Il programma d-ENTRO è pensato per chi desidera un vero cambiamento. Si tratta di un'esperienza intensa e trasformativa, che offre numerosi spunti di riflessione e strumenti pratici per approfondire il proprio percorso di crescita personale.

Questo ritiro può integrarsi perfettamente con il lavoro che stai svolgendo con il/la tuo/a terapeuta, il quale potrà supportarti nel processo di integrazione delle esperienze vissute, affinché la trasformazione sia autentica e duratura.

Ti invitiamo a confrontarti con lui/lei prima di partecipare. Se necessario, possiamo fornire una brochure informativa dedicata ai professionisti del settore, affinché possa valutare la compatibilità del programma con il tuo percorso.

Per qualsiasi domanda o richiesta, contattaci: saremo lieti di fornirti tutte le informazioni necessarie.

CONTATTACI SE VUOI SAPERE DI PIÙ!

Programma

Venerdi 5 settembre

11:00 – 12:00 Arrivo e registrazioni

12:30 Pranzo (facoltativo)

14:00 – 18:00 Rito di apertura, cerchio introduttivo, giochi ed esercizi di rilascio psicosomatico, Odaka yoga, immaginazione attiva; Lavoro con le intenzioni

19:30 Cena (inclusa)

21:00 Bagno Sonoro

Sabato 6 settembre

9:00 – 10:00 Odaka yoga; Breathwork 1

13:00 – 14:30 Pranzo (incluso)

14:30 – 18:30 Bodywork; Breathwork 2, Integrazione

19:30 Cena (inclusa)

21:00 Cerchio di condivisione

Domenica 7 settembre

9:00 – 10:30 Anukalana yoga e camminata consapevole per il qui ed ora;
Meditazione lifeline; Lifeline gallery

13:00 – 14:00 Pranzo (incluso)

14:00 – 15:30 Lavoro con gli archetipi

15:30 – 16:30 Rito di chiusura

IL COLLOQUIO PREPARATORIO

Il ritiro è aperto a tutti, e si richiede svolgere un colloquio preparatorio prima del retreat. Trattandosi di un ritiro intenso e dove il lavoro di gruppo è fondamentale, ciò assicura che il retreat sia adatto a te, ti prepara e garantisce anche che il gruppo sia sicuro per tutti.

Si svolgerà online con la dott.ssa Cristina Penna e sarà volto ad esplorare la tua situazione attuale, i tuoi desideri ed aspettative e a darti i primi strumenti di cambiamento.



Costi

Retreat d-ENTRO: **350 Euro**

Early Bird fino al 15 Luglio: **290 Euro**

Il costo comprende:

- il colloquio iniziale,
- la partecipazione all'intero ritiro come da programma,
- i pasti (cena di venerdì, pranzo e cena di sabato, pranzo di domenica, vegetariani), comprese le bevande.

Il pranzo di venerdì è facoltativo, il costo è di 25 Euro, ti chiediamo la cortesia di confermarlo almeno 15 gg prima del ritiro.

Per iscriversi: <https://samdeamala.com/it/products/d-entro2025-retreat>
Oppure contattami per ricevere il link

Massimo 16 persone.

WWW.ENTROPICBRAIN.COM



IPER RICEVERE IL LINK PER PRENOTARTI SCRIVI QUI:

INFO@ENTROPICBRAIN.COM

CEL. +39 339 122 9989 (SOLO WHATSAPP)