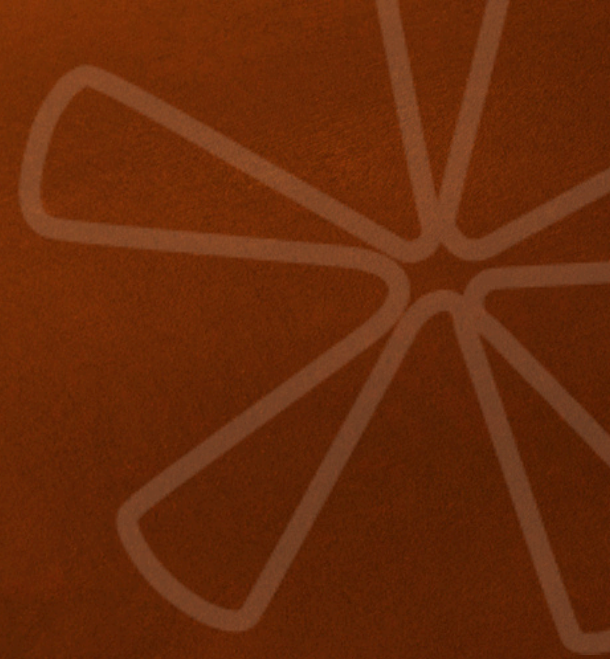


be*

Corporate Wellness

Presentazione di Beyond Studio



A person with a long braid, seen from behind, is sitting in a meditative lotus position on a rooftop. They are wearing a light-colored sports bra and dark leggings. The background is a vibrant orange and red sunset sky over a city skyline. The overall mood is peaceful and contemplative.

UN APPROCCIO OLISTICO E PRAGMATICO

Beyond, nel cuore di Milano, è una realtà in cui **il movimento incontra l'ascolto**, e **il benessere fisico e mentale diventa parte di uno stile di vita condiviso**.

Uno spazio che guarda oltre la performance e oltre i confini culturali, per offrire **un'esperienza contemporanea, sostenibile e in dialogo con i ritmi lavorativi** e le esigenze del mondo in cui viviamo.

A P E R T U R A – A C C O G L I E N Z A – A D A T T A B I L I T À

Il nostro studio offre **lezioni di Yoga e Pilates in italiano e in inglese**, pensate per un pubblico eterogeneo e internazionale.

La nostra proposta unisce **qualità dell'insegnamento, attenzione alla persona** e un **approccio inclusivo**, creando esperienze accessibili e rilevanti anche **per chi vive ritmi di lavoro intensi e contesti professionali dinamici**.

Le nostre lezioni spaziano **da pratiche dinamiche ed energizzante a proposte più dolci e rigenerative**, con l'obiettivo di sostenere equilibrio fisico, mentale ed emotivo, favorendo presenza, consapevolezza e benessere nella vita quotidiana.

Oltre alle attività in studio, organizziamo **workshop, eventi e ritiri in Italia e all'estero**, dedicati a approfondimenti, alla crescita personale e al recupero mentale e fisico **in luoghi premium che permettono di rallentare, respirare e creare connessioni**.



Le nostre pratiche



Vinyasa Yoga



Hatha Yoga



Yin Yoga



Meditazione



Bagno Sonoro



Pilates



Barre Pilates



Calisthenics



Sculpt



Mindfulness

Offerta Corporate



Presso la vostra azienda

Offrite al vostro team pause regolari di consapevolezza durante la giornata lavorativa.

- **Sessioni personalizzate** in base a: esigenze del team, orari disponibili, spazi a disposizione
- **Possibilità di collaborazioni per:** singoli eventi, office Wellness Week, sessioni drop-in
- **Modalità di partecipazione flessibile** (prima lezione gratuita):
 - il costo della lezione può essere coperto dall'azienda per tutti
 - oppure i singoli dipendenti possono contribuire autonomamente



Presso il nostro studio

Offrite al vostro team accesso a tutte le lezioni dello studio a tariffa corporate dedicata. Incoraggiate movimento e cura di sé anche oltre l'orario di lavoro.

- **Modalità di partecipazione flessibile** (prima lezione gratuita):
 - l'azienda può sostenere il costo delle lezioni
 - oppure i dipendenti contribuiscono individualmente a una tariffa agevolata



Ritiri e Team Building

Che vogliate rafforzare le connessioni all'interno del team, celebrare un traguardo importante o semplicemente concedervi una pausa rigenerante in un contesto consapevole, il nostro studio può supportare o progettare il vostro evento.

Contattateci per creare un'esperienza personalizzata.

**Porta equilibrio e
chiarezza nella vita
aziendale, favorendo
connessione tra i
team, concentrazione
e contribuendo a una
produttività più
sostenibile.**



Si sono fidati
dei nostri
servizi



Classi Settimanali



*Wellness Weeks
2024, 2025, 2026*

DÌ Milano

Classi Settimanali



Programma Mental Health Allies

And more!



Contattateci
e costruiamo insieme
la vostra esperienza
personalizzata.



corporate@beyondyogamilan.com



+39 331 109 9262



www.beyondyogamilan.com

beyond