

Caminando hacia el Corazón

Kundalini Yoga
Aromaterapia
Yoga Nidra
Meditación
Baño de Gong
Naturaleza

Contacto:
625 201 795 M^a Jose
679 002 685 Cele
645 960 123 Basilio

RETIRO

8, 9 y 10 Septiembre 2023

CUEVAS DE LA LUZ
Casa Cueva en el
Geoparque de Granada





RETIRO 8 , 9 y 10 de
Septiembre 2023
CUEVAS DE LA LUZ

C/ Cueva del Secretario, 1
Bácor 18860

Salud

Relax

Sadhana

Incluye:

- 2 noches de alojamiento
- Pension Completa (cocina casera ovo-lacto vegetariana)
- Actividades

Aportación: 260€ antes del 28 Agosto 2023 / 280€ después del 28 Agosto 2023
(Reserva: 50€ - Bizum: 606 995 268)

Caminando hacia el Corazón

8, 9 y 10 Septiembre 2023
Cuevas de la Luz



PROGRAMA: Estas son las actividades que proponemos para este camino hacia el Corazón.

Viernes:

- 19:00 Kundalini Yoga + Yoga Nidra
- 21:30 Cena

Domingo:

- 8:00 Sadhana
- 9:30 Desayuno
- 10:30 Caminata consciente
- 11:30 Estiramientos +
Relajación con gong
- 13:30 Compartir experiencia
- 14:00 Comida y Cierre

Sabado:

- 8:00 Sadhana
- 9:30 Desayuno
- 10:30 Taller Aromaterapia
- 13:00 Actividad exterior
- 14:30 Comida
- 16:30 Pranayamas
- 17:30 Meditación especial
Kundalini Yoga
- 18:30 Merienda/Descanso
- 19:30 baño de gong
- 21:30 cena

Contacto: 625 201 795 M^a Jose / 679 002 685 Cele / 645 960 123 Basilio