

¡Vacaciones en Semana Santa diferentes!

Ven a disfrutar de un encuentro para la transformación personal y la vivencia interior en un lugar idóneo, rodeado del ambiente de sosiego y espiritualidad que reside en El Monasterio de Santo Domingo de Guzmán.

Las actividades organizadas que te recargan de energía y de vida son Yoga, meditaciones, talleres y rutas. Tendremos el placer de escuchar música en directo, con cantos de mantras sintiendo su poderosa vibración.

UN ENCUENTRO DESDE EL **CORAZÓN**, un trabajo desde el respeto y el gozo de celebrar y agradecer que estamos vivos, un trabajo que te ayuda a conocerte mejor, a abrir cada día tu corazón y tu sonrisa; y a disfrutar de compartir con el otro.

Si te gusta la idea, apúntate.

Raquel Valverde

Profesora de Yoga y Meditación



RETIRO EN SEMANA SANTA

Del miércoles 17 al domingo 21 de abril

**Monasterio de Santo Domingo en Caleruega
(Burgos)**



PRECIO por persona:

355 € en habitaciones doble con baño

TODO INCLUIDO:

- Alojamiento.
- Pensión Completa.
- Y todas las actividades.

INFORMACIÓN Y RESERVA DE PLAZA:



www.yogadevi.es

Calle Fuente el Sol, 65
(Barrio de La Victoria)
Valladolid 47009

☎ 620 672 895 (Raquel)

☎ 686 663 564 (Charo)

raquel.yogadevi@gmail.com

Si no puedes acompañarnos desde el 17, también puedes llegar el jueves a comer, (consúltanos el precio).

➤ **La comida es ovolactovegetariana**

PROGRAMA DE ACTIVIDADES

MIÉRCOLES 17:

Llegada y recepción a partir de las 20'00 h.

- 21'00 h. Cena.
22'15 h. Presentación, y meditación.

JUEVES 18:

- 08'30 h. Estiramientos y Meditación.
09'30 h. Desayuno.
10'30 h. Ruta.
14'00 h. Comida.
17'30 h. Sesión de yoga.
19'15 h. Taller
21'00 h. Cena.
Después de cenar: **“Viaje de Sonido”**

VIERNES 19:

- 08'30 h. Estiramientos y Meditación.
09'30 h. Desayuno
10'30 h. Ruta, paseo, tiempo libre...
14'00 h. Comida.
17'30 h. Sesión de yoga.
19:15 h. **Concierto con el Grupo Amrita.**
21'00 h. Cena.
Después de cenar: Meditación

SÁBADO 20:

- 08'30 h. Estiramientos y Meditación.
09'30 h. Desayuno
10'30 h. Ruta, paseo, tiempo libre...
14'00 h. Comida.
17'30 h. Sesión de yoga.
19:15 h. Taller
21'00 h. Cena, y después meditación

DOMINGO 21:

- 08'15 h. Sesión de yoga y meditación.
09'30 h. Desayuno.
11'30 h. Taller, reflexiones y compartir.
14'00 h. Comida y fin de la Convivencia.

Convivencia organizada por Charo-Shakti y Raquel-Urvasi, profesoras de Yoga y Meditación. Dirigimos los Talleres y las Meditaciones de esta Convivencia.

Nos acompaña Amrita, formado por Juanje y Alex que compartirán con nosotros su música en vivo y en directo. La danza, la expresión libre y el sonido, junto con las técnicas milenarias del yoga y la meditación proporcionarán a esta Convivencia unos inolvidables días.

¿Qué se recomienda llevar?

- Ropa cómoda y adecuada para este tiempo.
- Calzado adecuado para los paseos y las rutas.
- Calcetines para andar descalzo en la Sala.
- Lo necesario para tu aseo personal.
- **Además de lo usual para una sesión de yoga**, (aislante, cojín para meditar o manta).



Caleruega - Burgos

Se confirmar la reserva con 100€ el resto del importe a la recepción.

Si llevas el coche, y puedes compartirlo, dínoslo. Así los coches van completos y los gastos se reparten.

***El programa puede estar sujeto a alguna variación.**

***Los horarios son orientativos.**