

¡Unas VACACIONES diferentes!

Vamos a disfrutar de una valiosa semana en plena naturaleza, cerca del mar, con muchos lugares interesantes que conocer y descubrir, unas bonitas vistas para el nacimiento y la puesta de sol.

Vacaciones donde integramos el trabajo diario de yoga y meditación con la energía del mar. Unos días para recargarte de energía y conectar con tu verdadera esencia.

Este alojamiento con piscina y en un entorno natural es el sitio idóneo para celebrar un encuentro agradable e intenso para la transformación personal y la vivencia interior, con sesiones de yoga, meditaciones y talleres.

La comida es de primera calidad, deliciosa, ecológica, local y de temporada, cultivada en gran parte en el huerto de la finca. Ofrecida por la responsable de la asociación gastronómica sabor-e-arte que cuenta con más de 25 años de experiencia en alimentación consciente y cocina creativa vegetariana y vegana.

iiiVerás qué bien te sienta comer sano y equilibrado!!!.

Un verano más para compartir y seguir creciendo.

Si te gusta la idea, apúntate.

Raquel Valverde

Profesora de Yoga y Meditación

Directora y Fundadora del Centro Yoga Devi

INFORMACIÓN Y RESERVA DE PLAZA:



www.yogadevi.es

Calle Fuente el Sol, 65
Valladolid 47009

☎ 620 672 895 (Raquel)

☎ 686 663 564 (Charo)

raquel.yogadevi@gmail.com

VACACIONES CON YOGA

VIAJE DE CONSCIENCIA Y TRANSFORMACIÓN

Del 22 al 29 de JULIO de 2019

"La Laguna Bolonia" en Tarifa



Convivencia dirigida a todas las personas, practicantes o no practicantes de Yoga. Se trata de sentir la energía del Amor que nos proporcionan las técnicas de yoga y participar en los diferentes talleres que proponemos a lo largo de esta semana, abriéndonos a una nueva visión de nosotros mismos y de la vida.

INCLUYE:

- **Alojamiento.**
- **Comidas en la casa.**
- **Y todas las actividades programadas.**

- ❖ **La comida es ovolactovegetariana.**

PROGRAMA DE ACTIVIDADES

LUNES 22:

Llegada y recepción a partir de las 19'00 h.

- 21'00 h. Cena en la Casa
22'30 h. Presentación y meditación dirigida.

LOS DÍA 23, 24, 25, 26, 27 y 28:

- 08'30 h. Estiramientos y meditación
09'30 h. Desayuno
10'00 h. Ruta, paseo, tiempo libre...
14'30 h. Comida.
18'00 h. Sesión de yoga, talleres...
21'00 h. Cena.
Después de cenar: Meditación y canto de mantras

LUNES 29:

- 08'30 h. Sesión de yoga y meditación.
10'00 h. Desayuno.
11'00 h. Taller, reflexiones, compartir experiencias.
14'00 h. Comida y despedidas...

*El programa puede estar sujeto a alguna variación.

*Los horarios son orientativos.

¿Qué se recomienda llevar?

- Ropa cómoda.
- Calzado adecuado para los paseos y las rutas.
- Calcetines para andar descalzo en la Sala.
- Crema protectora, gorra, bañador, toalla de playa...
- Lo necesario para tu aseo personal.
- **Además de lo usual para una sesión de yoga** (aislante y manta).

VACACIONES organizadas por Charo-Shakti y Raquel-Urvasi, profesoras de Yoga y Meditación, con más de 20 años de experiencias en organizar estos encuentros y cada día nos hace más ilusión compartir esta experiencia con todas las personas que se van uniendo, creando una familia y volviéndonos a encontrar en diferentes lugares, es un placer y una alegría poder dedicarnos a lo que más nos gusta y nos sentimos muy agradecidas.

Para confirmar la reserva 130 € antes del 30 de junio, el resto a la llegada.

PRECIO TOTAL: 630 € persona.



ALOJAMIENTO: La Laguna de Bolonia en habitación doble, los baños son compartidos.

QUÉ TRAER: Aislante, cojín para meditar o manta y muchas ganas de disfrutar!!!

La COMIDA será ovolacteovegetariana. (Si tienes problemas con este tipo de comida, por favor comunicanoslo).

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