

RETIRO ZERO ESTRÉS septiembre 2024

Te invitamos a unos días preparándote para los últimos meses de este año, comenzar la primavera plen@ de energía, liberándote de cualquier estrés que tengas a estas alturas del año y puedas disfrutar los buenos momentos que vienen...

6 al 8 de Septiembre (tres días, dos noches)

ZERO ESTRÉS físico, mental y emocional a través de:

- Poderosas series de Kundalini Yoga movilizand las tensiones musculares y articulares
- Alimentación basada en vegetales y frutas para liberar de toxinas nuestro cuerpo físico
- Kriyas de Renacimientos para conquistar una mente pacífica, lúcida y apaciguar el mundo emocional
- Meditaciones guiadas
- Meditaciones en movimiento
- Sesiones GONG para relajar y sanar

Facilitan: Inderjit Kaur y Sat Ganesha Singh. Directores yogaYI

Llegada viernes 6 septiembre 10.00 am

Salida domingo 8 septiembre 15:16.30 pm

Centro de Retiros Fundación PUNTO ZERO ubicado en la localidad de Granallas-Putaendo V Región (a dos horas aprox. de Stgo)

Valores incluyen alimentación (desayuno, almuerzo, cena y colaciones) y actividades de yoga y meditación.

No incluye traslado.

Valores por persona según alternativas de alojamiento:

Habitación grupal baño compartido \$250.000 p/p

Habitación single baño grupal \$280.000 p/p

Habitación doble baño privado \$290.000 p/p

Habitación single baño privado \$350.000 p/p

Reserva con abono de 100.000, saldo 01.09

Inscripciones abiertas: contacto@yogayi.cl

