



FIN DE SEMANA ESPIRITUAL



Las prisas, el stress, el exceso de preocupación y responsabilidades, hacen que muchas veces perdemos el contacto con nuestro cuerpo espiritual. Para retomar el equilibrio en nuestras vidas es imprescindible conectarnos y escuchar a nuestro Yo interior.

Por este motivo, hemos preparado un fin de semana para conectar con nuestro espíritu y aquietar la mente. El programa incluye :

- Dos noches de alojamiento
- Pensión completa a base de alimentación sana y natural
- A lo largo del fin de semana se harán meditaciones, técnicas de relajación, respiraciones, sesiones de yoga, ejercicios al amanecer, paseos conscientes por la naturaleza, etc...

NOTAS : La casa se cerrará para el desarrollo de esta actividad. Para la realización de este taller se necesita un mínimo de 4 personas. **Consultar precios para grupos.**



Precio : 120 Euros/persona

