



spring retreat

MARZO 2019 - GRAN CANARIA

"la energía ascendente
de la primavera"





PRIMAVERA

DESPERTAR · LIBERTAD · EXPANSIÓN · APERTURA

La primavera es la estación de la actividad y la oportunidad.

Con ella entramos en los campos fértiles de la vida, con semillas, conocimiento, compromiso, y esfuerzo. Las rocas, la maleza y las espinas del mundo, no pueden destruir todas nuestras semillas si plantamos suficientes e inteligentemente. Cada día nos es dado como una nueva primavera. Los pensamientos, acciones, sueños, y esfuerzos de hoy nos darán la cosecha del mañana.

En este retiro vamos despertar la inspiración y las respuestas dentro de nuestros corazones y mentes.



Programa

Viernes :

16:00 Llegada y acomodación

17:30 Apertura del círculo

18:00 Practica y meditación "Respirando ilusión"

20:00 Cena

Sábado :

8:00 Practica "La energía del corazón espiritual"

10:00 Desayuno

Tiempo libre

12:00 Taller "Udana Vayu"

14:00 Almuerzo (durante la comida habrá una actividad "Compartiendo el amor")

Tiempo libre

18:00 Círculo

19:00 Practica de Yin Yoga y meditación "Plantado nuestras semillas"

20:00 Cena

Domingo :

8:00 Practica "Anahata is Pure Love"

10:00 Desayuno

Tiempo libre

12:00 Círculo y dinámica de intenciones "Los lenguajes del amor"

14:00 Almuerzo y celebración de la Primavera

16:00 Cierre del círculo "Las semillas están listas"

Despedida

**CON LA INTELIGENCIA, SABIDURÍA Y LIBERTAD DE
ESCOGER QUE NOS FUE DADA, EJERCITAMOS LA
DISCIPLINA PARA PLANTAR A PESAR DE LAS
ROCAS, LA MALEZA, Y OTROS OBSTÁCULOS.**

BIENVENIDA PRIMAVERA!

Si deseas mas info:

karla@pureyogacanarias.com

(+34) 691 803415