

CULTIVANDO

★
★ ESENCIAS ★
★



18,19 Y 20 DE OCTUBRE

MAS BUIDASACHS



Con el deseo de compartir mi pasión por el yoga, el desarrollo personal y el acompañamiento hacia una vida más consciente, pura y divertida a través de la respiración y el movimiento, he creado esta experiencia-retiro.

A raíz de conocer mujeres maravillosas que se han cruzado en mi camino, mujeres que desean cuidarse y dedicarse el tiempo que se merecen, nace esta experiencia-retiro de fin de semana largo. Este espacio está diseñado para sembrar, cultivar y regar esencias con el aroma de la creatividad y la autenticidad femenina.

Para que te descubras y potencies, para que trasciendas los límites mentales y disfrutes plenamente, he preparado clases especiales que te sacarán de tu rutina. Disfrutarás de actividades llenas de creatividad y saborearás una comida sana y deliciosa, preparada por una chef dedicada.

Este retiro es una oportunidad para reconectar contigo misma, rodeada de naturaleza y en compañía de otras mujeres inspiradoras.

No importa si eres nueva en el yoga o una practicante experimentada, este retiro está abierto a todas las mujeres que buscan un respiro del ajetreo diario y desean invertir en su bienestar.



18,19 y 20
OCTUBRE

MAS BUIDASACHS



ANAHATALIFE

NUESTRAS SESIONES



VIERNES 18

16.00h	Bienvenida
17.00h	Intenciones
18.00h	Vinyasa slow & pranayama
21.00h	Cena

SÁBADO 19

8.30h	Desayuno
10.00h	Yoga + movilidad & fit
12.00h	Cultivando esencias
14.00h	Comida
17.00h	Siente tu cuerpo en movimiento
21.00h	Cena y compartir

DOMINGO 20

8.30h	Desayuno
10.00h	Caderas felices & corazón contento
14.00h	Comida
15.30h	Cierre
17.00h	Despedida



ANAHATALIFE

Distribución de dormitorios



Habitación individual
con baño
(2)



Habitación con
dos camas y baño
(1)



Habitación triple
con baño
(2)



Habitación cuádruple
con baño
(1)

EARLY BIRD



Reserva tu plaza hasta **el 8 de Septiembre**
con precios especiales.

Habitación individual

~~430€/ persona~~ 390€/ persona

Habitación compartida

~~390€/ persona~~ 350€/ persona



ANAHATALIFE

SERVICIOS INCLUIDOS



Alojamiento 2 noches.

Pensión completa.

Las comidas serán vegetarianas. INFORMAR
ALERGIAS E INTOLERANCIAS.

Dos desayunos.

Dos comidas.

Dos cenas.

Todas las actividades disponibles en el programa.

Tres clases de yoga.

Dos workshop

Todas las habitaciones disponen de ropa de cama
y toallas

Todas las habitaciones disponen de TV con
internet.

Acceso piscina interior y sauna.



Reserva



RESERVA

- Transferencia del 50% del valor.
- El resto del pago en efectivo en el día del retiro
- En el caso de no poder asistir, el importe del retiro no será reembolsable para cubrir coste.

¿DÓNDE NOS VAMOS?

MAS BUIDASACHS

Camí Rural

08679

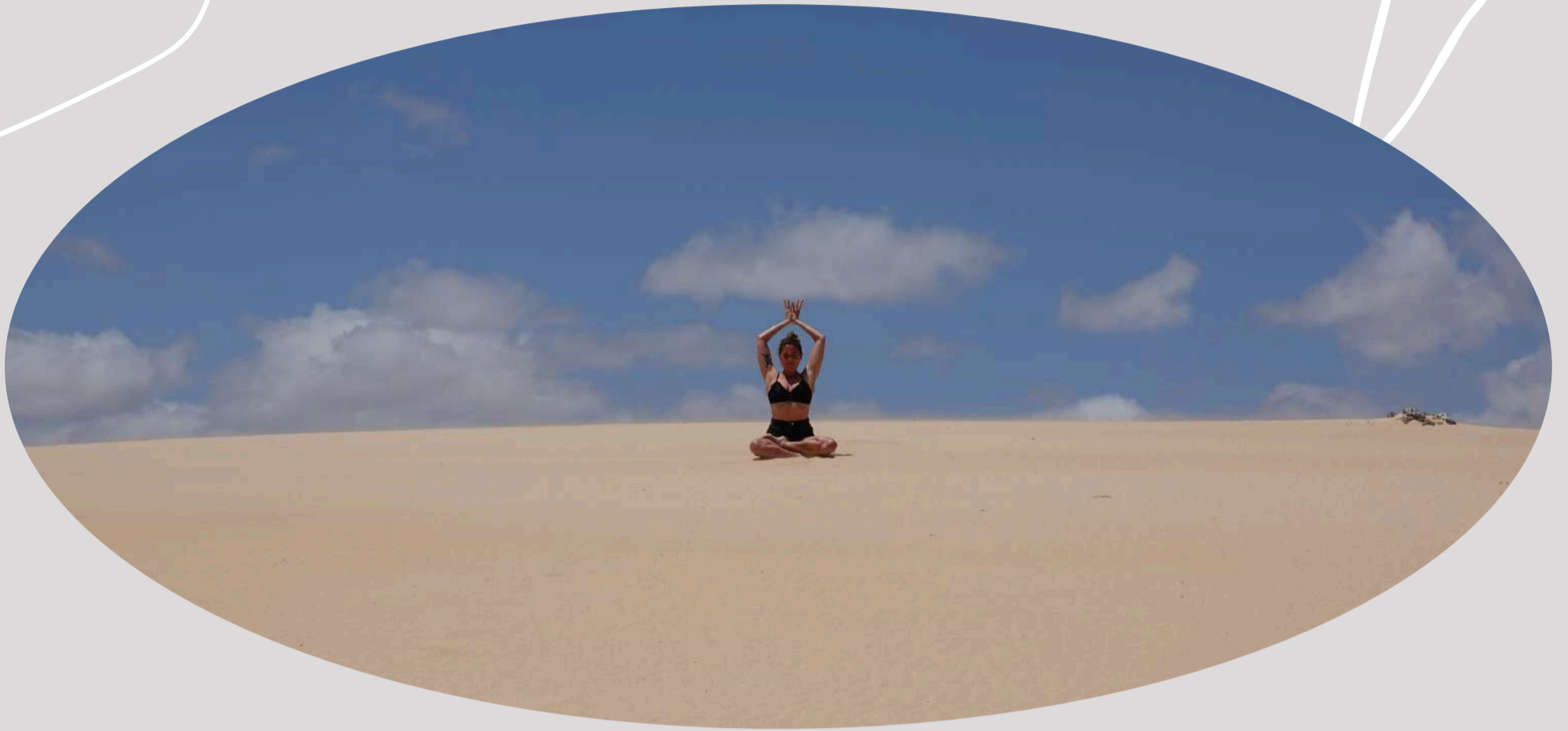
Montclar

Barcelona



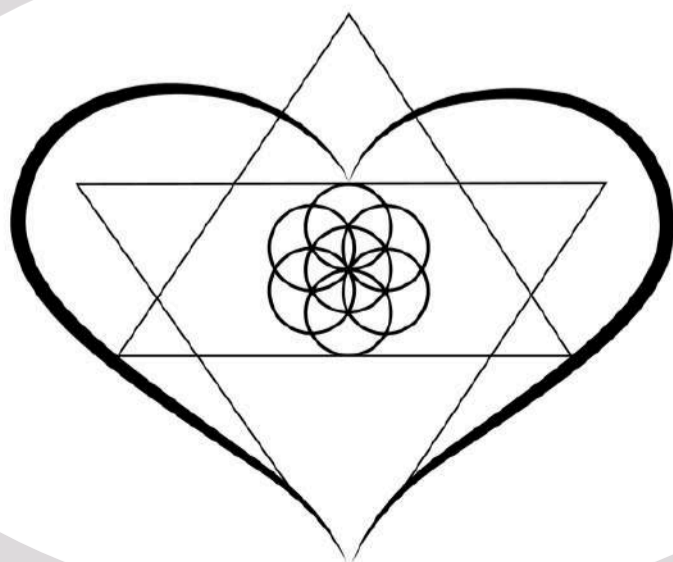
ANAHATALIFE

Gracias



La esencia de cada persona
es lo que lo hace
único y diferente.
Recuerda no hay otr@ como tú.

Ana Gonzalez +34 676779675



ANAHATALIFE