



Retiro Yoga: Nivel Ekam Huitzilin

15, 16 y 17 de Julio

Malinalco, Edo. de México

MAGÍA

- Retiro en la montaña de Malinalco, un espacio sagrado, alrededor de la naturaleza, Un espacio que se quedará por siempre en tu mente y corazón.

TRANSFORMACIÓN

- Yoga: práctica de asana, pranayama, y filosofía.
- Alimentación consciente.
- Prácticas especiales.

TRANSMUTACIÓN

- Temazcal
- Círculos de palabra
- Fogatada, Visita a la Galería de la Montaña.

RE-ENCUENTRO

- Este retiro cambiará tus percepciones y perspectivas, no se trata de una búsqueda, es un encuentro con uno mismo.


YOGASHALA





Retiro Yoga: Nivel Ekam Huitzilin

YOGA

- Práctica de Yoga Chikista.
- 108 saludos al Sol.
- Práctica especial para integrar el sendero octuple del Yoga.
- Pranayama.

ALIMENTACIÓN CONSCIENTE

- Nutre tu cuerpo de manera consciente.

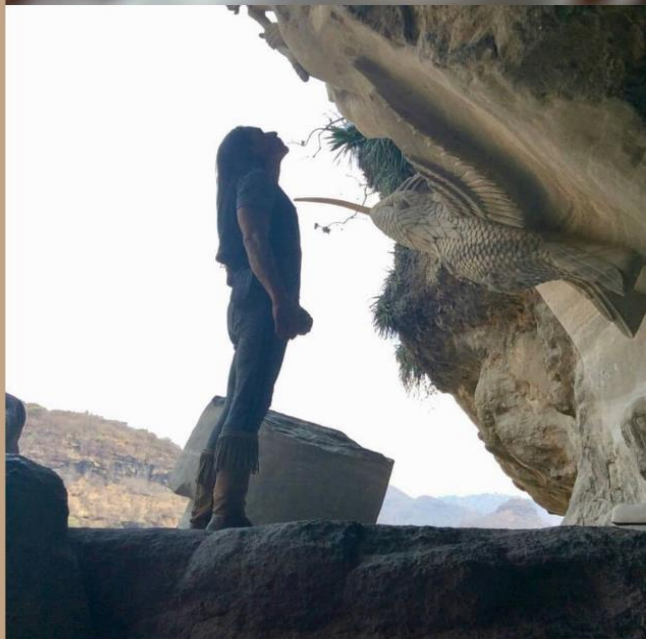
TEMAZCAL

- Temazcal en ceremonia prehispánica.
- Facilitador Martín de Malinalco.

FACILITADORES

- Miriam Torres
- Rou Prado


YOGASHALA



Yoga Retiro

Nivel 1 Ekam Huitzilin

DETALLES

Fechas

Lugar

PROGRAMA

Viernes 15 de julio

17:00 hrs. Registro.

18:00 hrs Bienvenida e inauguración
Presentación
Círculo de palabra -fogata-

20:00 hrs. Cena .

Sábado 16 de julio

8:00 hrs. Yoga Chikitsa Ashtanga Vinyasa Yoga

10:00 hrs. Pranayama en la montaña.

11:00 hrs. Desayuno

12:30 hrs. Intro al sendero óctuple de Ashtanga Yoga
Práctica especial

15:30 hrs. Comida

17:00 hrs. Caminata a Galería de la Montaña

18:00 hrs Temazcal

Yoga Retiro

Nivel 1 Ekam Huitzilin

Domingo 17 de julio

| | |
|-----------|--------------------------------|
| 8:00 hrs | Pranayama |
| 9:00 hrs. | Práctica de 108 Saludos al Sol |
| 10:30 hrs | Círculo de palabra |
| 11:30 hrs | Desayuno |
| 12:30 hrs | Cierre de conclusión |

OBJETIVOS

Profundizar sobre los beneficios de la práctica de Yoga, integración y comprensión del Yoga como herramienta de cambio interno. Vivir la experiencia del retirarte a un espacio en contacto con la naturaleza, cosmogonía mexicana, y encontrarte con lo más esencial de tu genuina existencia

FACILITADORES

*Miriam Torres Trevilla E-RYT 200. Experience Register Yoga Teacher. Yoga Alliance ID 180669 Fundadora de Yoga Shala Coyoacán.

*Rodrigo Prado, Maestro Certificado por Yoga Shala Coyoacán. RYT. Fundador de Rou Yoga.

*Martín Garcia de Malinalco. Guardian de la Montaña,

INCLUYE

- Hospedaje 2 noches 3 días.
- Alimentación consciente
- Temazcal
- Visita a la galería de la montaña

Yoga Retiro

Nivel 1 Ekam Huitzilin

SEDE

Malinalco, Estado de México.

Montaña, situada frente a la Zona Arqueológica
Cabañas ecológicas sustentables.

INVERSIÓN Y FORMAS DE PAGO

| | | |
|------------|----------------|---|
| Early bird | \$6,666 | Único y pronto pago. Fecha límite 20 de junio. |
| 2 pagos | \$4,444 c/u | 1ºPago fecha límite 26 de junio. 2ºPago fecha límite 9 de julio. |

- No hay reembolsos, ni devoluciones.

DATOS DE DEPÓSITO

MIRIAM TORRES TREVILLA

BANCO: **BANAMEX**

SUCURSAL: **541**

NÚM DE CUENTA: **8886406**

DEPÓSITO EN OXXO: **5204 1671 5777 0090**

CLABE Interbancaria: **002180054188864061**


YOGASHALA

Una vez hecho el pago envía tu comprobante a
formaciones@yogashala.com.mx para que te demos seguimiento.