

RETIRO

		VIERNES 25		SÁBADO 26		DOMINGO 27	
		Contenido	Profesor	Contenido	Profesor	Contenido	Profesor
		Caminata meditativa	Pati	Caminata meditativa	Pati	Meditación en la Naturaleza	Pati
		DESAYUNO		DESAYUNO		DESAYUNO	
JUEVES 24		Práctica de Vinyasa Yoga	Jordi	Charla de nutrición	Invitado	Práctica de Vinyasa Yoga	Jordi
LLEGADA		Meditación	Pati	Práctica de Sivananda Yoga	Jordi	Sat Sang	Pati
		Bhakti: canto de mantras	Aina				
Contenido	Profesor	COMIDA		COMIDA		COMIDA	
Masterclass Yoga	Jordi / Aina	Yoga Nidra	Pati	Tiempo Libre		VUELTA A CASA	
Bases del pensamiento positivo	Jordi	Sat Sang	Jordi	Meditación	Pati		
Lectura comentada de La Guita	Pati	Práctica de Dharma Yoga	Jordi / Aina	Práctica de Hatha Raja Yoga	Aina		
CENA		CENA		CENA			