

Retiro Awake

Cuerpo, Sentidos y Tierra

7, 8 y 9 de Noviembre

INFORMACIÓN Y RESERVAS:
INFO@AWAKESENSES.COM WHATSAPP +34 666 313166



awake
**SEN
SES**



Conexión Sensorial entre Viñedos



Fecha

7,8 y 9
Noviembre

Horario y Lugar

Viernes 17h a Domingo 17h
Finca Seguró, Sella,
Comarca Aitana, Alicante

Precio

Uso **Doble 390€ / persoma**
Uso **Individual: 490€ / persona**

Barriles equipados con una cómoda cama doble (1,80m x 2m) y cómodos bancos. Tienen su propia terraza, así como calefacción, iluminación LED y conexión USB.





¿ Qué incluye ?

- 2 noches y 3 días en pensión completa.
- La finca vinícola ecológica siete bancales rehabilitada y totalmente autónoma. Dispone de 14 Barriles equipados para dormir en mitad del oasis de Aitana.
- Yin Yoga, Vinyasa Yoga, Meditación y Mindfulness.
- Dinámicas de Inteligencia Emocional Out Door: PNL_LifeCoaching
- Mindful Walking.
- Hipnosis Ericksonisna.
- Cocina creativa por @eventsby.estela
- Cata de Vino con Maridaje. Consultar Precio.
- Tiempo en la naturaleza.

EL PROGRAMA PUEDE ESTAR SUJETO A CAMBIOS SEGÚN LAS NECESIDADES DEL GRUPO.





Programa Viernes 7 Noviembre

17.00h - Acomodación.

18.00h - Círculo Bienvenida
& Ritual de Intenciones.

Breafing del programa.

19.00h - Yoga suave.

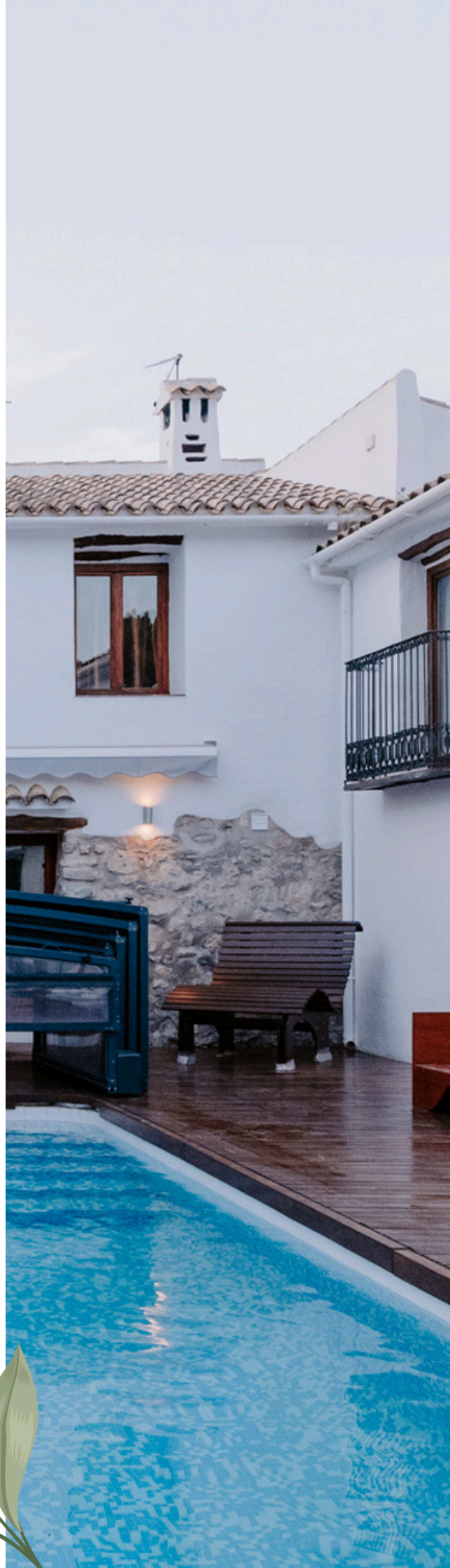
Mindful Awake.

21.00h - Cena sensorial.

“Awake Senses”

22.30h - Hipnosis Ericksoniana.

“sueño profundo”



EL PROGRAMA PUEDE ESTAR SUJETO A CAMBIOS
SEGÚN LAS NECESIDADES DEL GRUPO.





Programa Sábado 8 Noviembre

8.00h - Mindful breathing.

Yoga Flow.

9.30h - Desayuno saludable.

11.00h - Meditación en

movimiento & PNL:

Rompiendo bloqueos.

12.30h - Tiempo Relax & Piscina

Chill Out & Opción Masaje.

14.00h - Comida creativa.

15.00h - Tiempo Relax.

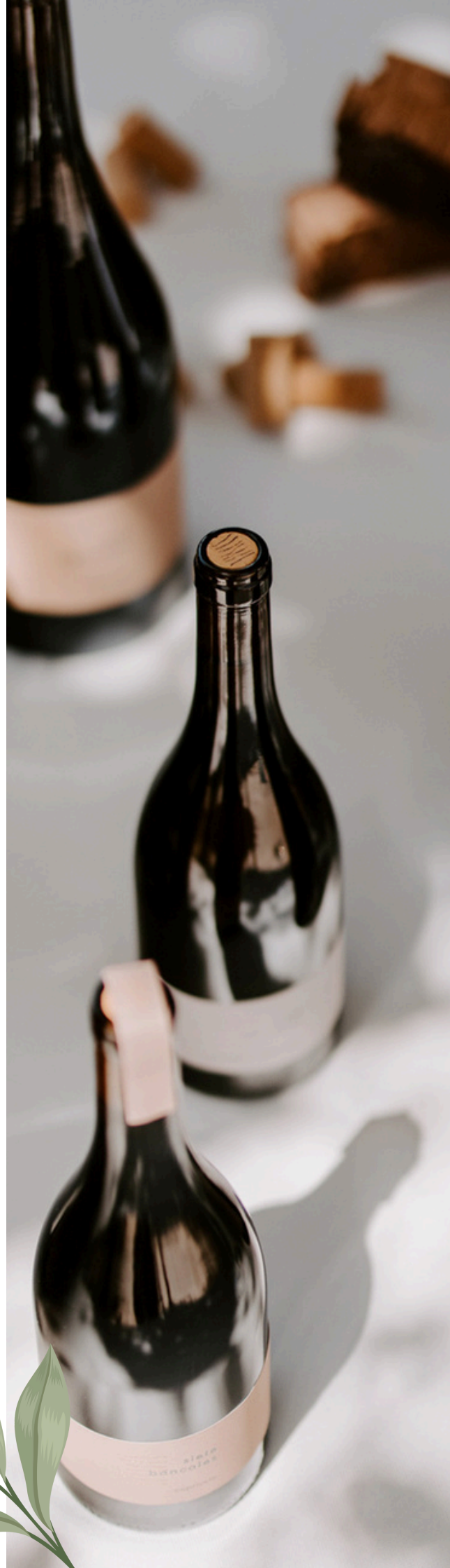
17.30h - El Camino de los Siete

Bancales: Conexión y Confianza.

18.30h - **Cata de Vino con
maridaje. Sensorial Experience.**

22.00h - White Ritual Party.

Meditación con Mantras.



EL PROGRAMA PUEDE ESTAR SUJETO A CAMBIOS
SEGÚN LAS NECESIDADES DEL GRUPO.





Programa Domingo 9 Noviembre

8.00h - Mindful breathing.

Yoga Flow.

9.30h - Desayuno saludable.

11.00h - Caminar el Propósito:
Auto-conocimiento de Líder.

12.00h - Descubre tu arquetipo y
espejo. Proyecta tu “yo futuro”.

13.30h - Tiempo Relax & Piscina
Chill Out.

14.00h - Comida Creativa.

17.00h - Ceremonia cierre.
Despedida.



EL PROGRAMA PUEDE ESTAR SUJETO A CAMBIOS
SEGÚN LAS NECESIDADES DEL GRUPO.





Importante

- Intolerancias alimenticias si existen.
- Traer esterilla yoga, zafú si tienes y manta para tapar.
- Ropa para yoga y cómoda.
- Libreta y bolígrafo.
- Ropa de baño.
- Ropa y calzado cómoda para caminar,
- Termo agua. Evitar plástico.
- Dispone toallas baño.
- Traer toalla piscina y secador.

Grupo entre 8-15 personas

Política cancelación:

<https://www.awakesenses.com/politica-de-cancelacion/>

