

UN VIAJE DE TRANSFORMACIÓN INTERIOR
POR LA TIERRA DE LOS SENTIDOS



RETIRO INDIA HOLI MARZO 2027

Del 18 de Marzo al 30 de Marzo 2027

DELHI, AGRA, PUSHKAR, JAIPUR Y RISHIKESH



UN RETIRO DONDE CADA PASO ES UN ACTO DE PRESENCIA

awake
senses

Itinerario

DÍA 1 – 19 MARZO | BIENVENIDA A LA TIERRA SAGRADA

Llegada a Delhi – Traslado a Agra – Jardines del Taj Mahal

Nuestro viaje comienza el **miércoles 18 de marzo** con el vuelo internacional desde Madrid hacia Delhi. A nuestra llegada a India, seremos recibid@s con una cálida bienvenida y comenzaremos el camino hacia Agra, la ciudad del amor eterno.

Después del trayecto, disfrutaremos de un primer paseo por los jardines Mehtab Bagh que abrazan el Taj Mahal, dejando que la belleza y la calma nos recuerden que este viaje comienza mucho antes de cualquier destino.

Será el momento de bajar el ritmo, respirar profundamente y abrirnos a todo lo que India está preparada para mostrarnos.

Ceremonia de bienvenida, intención y meditación de apertura.



Noche: Grand Mercure,
Agra



DÍA 2 – 20 MARZO | AMANECER FRENTE AL AMOR

Taj Mahal al amanecer – Jaipur – Birla Temple – Ciudad Rosa

Antes de que despierte la ciudad, contemplaremos el amanecer frente al Taj Mahal, uno de los lugares más inspiradores del mundo.

Tras el desayuno pondremos rumbo a Jaipur, la Ciudad Rosa.

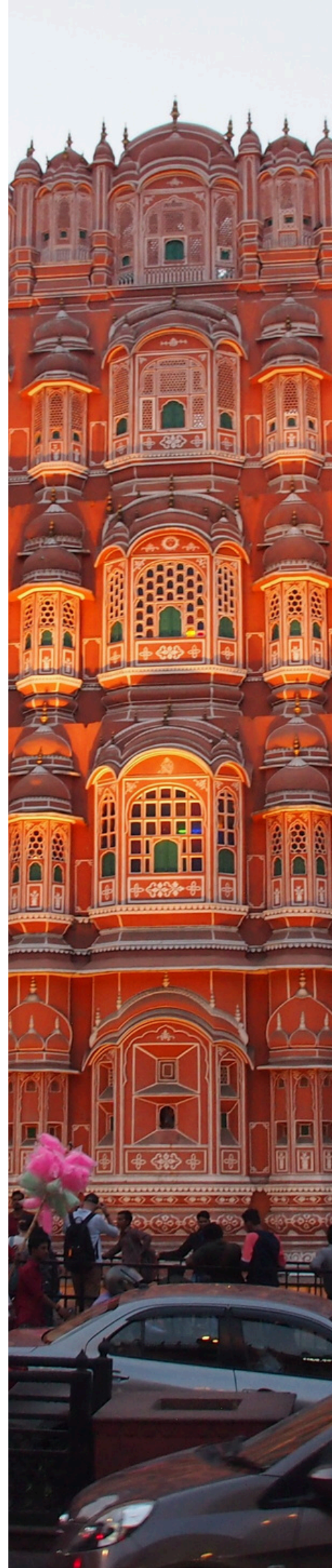
Al atardecer visitaremos el Templo Birla, y viviremos el primer Ritual Hindú.

Después recorreremos los bazares en tuk tuk hasta llegar a un rooftop con vistas al Palacio de los Vientos para la cena.

La jornada finalizará con la visita nocturna a la Patrika Gate, uno de los rincones más fotogénicos de Rajasthan.

Reflexión grupal: abrirse a lo desconocido con confianza.

 Noche: The Fern Residency, Jaipur



DÍA 3 – 21 MARZO | EL COMIENZO DE LA CELEBRACIÓN

Fuerte Amber – Pushkar – Ritual Pre Holi

La mañana comenzará ascendiendo al majestuoso Forte Amber, símbolo de fortaleza, visión y legado.

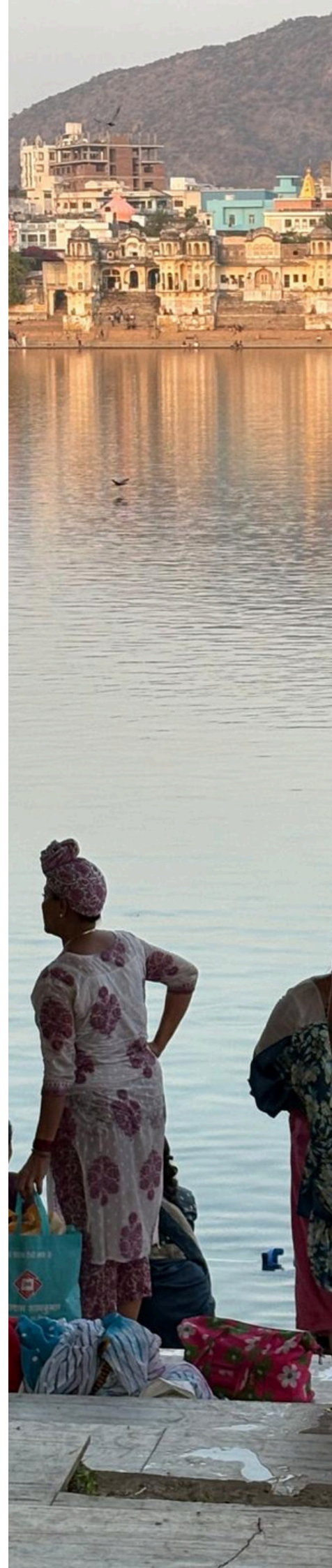
Después iniciaremos el camino hacia Pushkar, una de las ciudades más sagradas de India, construida alrededor de un lago considerado sagrado desde hace miles de años.

Al caer la tarde viviremos uno de los momentos más especiales del viaje: el ritual previo a Holi junto al lago, donde el fuego, la música y la danza representan la despedida de aquello que ya no necesitamos.

Cerraremos el día compartiendo una cena en Om Shiva Garden bajo el cielo de Pushkar.

Dinámica de liberación y renovación interior.

 Noche: Gulaab Niwas Palace,
Pushkar



DÍA 4 – 22 MARZO | HOLI · LA CELEBRACIÓN DE LA VIDA

**Meditación – MindfulYoga – Festival Holi
– Templo Gayatri**

Comenzaremos el día conectando con la calma mediante una práctica de meditación y MindfulYoga.

Después nos sumergiremos en la magia de Holi, la celebración más alegre y vibrante de India. Colores, música, abrazos y sonrisas llenarán las calles en una experiencia que invita a celebrar la vida sin reservas.

Al atardecer visitaremos el Templo Gayatri, donde integraremos toda la intensidad vivida durante el día con una Puja y Meditación con Mantras.

Celebrar la vida también es una forma de sanar.

 Noche: Gulaab Niwas Palace,
Pushkar



DÍA 5 – 23 MARZO | SABORES, CULTURA Y TRADICIÓN

**Meditación – Taller de cocina – Museo –
Shopping – Ayurveda**

Después de la práctica matinal de meditación y MindfulYoga compartiremos una experiencia muy especial junto a Shivani, quien nos abrirá las puertas de su cocina para descubrir la esencia de la gastronomía ayurvédica.

Visitaremos el Museo Rajasthan Ashok para conocer de cerca la historia, las tradiciones y el profundo compromiso social de esta familia.

La tarde será libre para recorrer los bazares, descubrir artesanía local o disfrutar de un masaje Ayurveda.

Espacio de integración y conexión con los pequeños placeres del viaje.

 Noche: Gulaab Niwas Palace,
Pushkar



DÍA 6 – 24 MARZO | EL SILENCIO TAMBIÉN HABLA

Meditación – Ritual en el Lago – Brahma – Tiempo para integrar

Comenzaremos el día cultivando la presencia mediante la práctica de meditación y MindfulYoga.

Más tarde regresaremos al lago sagrado para realizar un ritual consciente de gratitud y conexión interior.

Visitaremos el único templo del mundo dedicado al dios Brahma, símbolo de creación y nuevos comienzos.

La tarde será libre para descansar, pasear sin rumbo o simplemente dejar que Pushkar siga haciendo su trabajo en silencio.

Hipnosis Ericksoniana para integrar todo lo vivido.

 Noche: Gulaab Niwas Palace,
Pushkar



DÍA 7 – 25 MARZO | HACIA EL GANGES

Vuelo Jaipur – Dehradun – Llegada a Rishikesh

Hoy nos despedimos de Rajasthan para viajar hacia el norte espiritual de India.

Desde Jaipur tomaremos un vuelo hasta Dehradun y posteriormente nos trasladaremos a Rishikesh, considerada la capital mundial del yoga.

Al caer la tarde compartiremos una cena en un rooftop con vistas al Ganges, donde comenzaremos a sentir la energía serena que caracteriza esta ciudad.

Momento de pausa y apertura hacia una nueva etapa del viaje.

 Noche: Lemon Tree Tapovan,
Rishikesh



DÍA 8 – 26 MARZO | EL RÍO QUE TRANSFORMA

Meditación – Beatles Ashram – Ritual junto al Ganges

Comenzaremos el día con nuestra práctica de meditación y MindfulYoga.

Visitaremos el emblemático Beatles Ashram, un lugar que inspiró a artistas y buscadores de todo el mundo.

Al atardecer viviremos un profundo ritual junto al Ganges acompañado de mantras, mudras y meditación, permitiendo que la energía del río nos recuerde el poder de soltar con un Baño Sagrado.

Journaling y espacio de introspección.

 Noche: Lemon Tree Tapovan,
Rishikesh



DÍA 9 – 27 MARZO | CAMINATA INTERIOR DESDE EL CORAZÓN

Meditación – Paseo por el Ganges – Aarti

Hoy es un día para caminar por dentro y por fuera.

Recorreremos Ram Jhula y Laxman Jhula, dos puentes que representan el cruce hacia la transformación personal, mientras caminamos por las orillas del Ganges, observando la vida cotidiana de una de las ciudades más espirituales del planeta.

Compartiremos una comida tradicional hindú antes de asistir a la ceremonia Aarti, donde cientos de luces, cantos y oraciones se funden con el río creando una experiencia profundamente transformadora.

Meditación de gratitud y presencia.



Noche: Lemon Tree Tapovan,
Rishikesh



DÍA 10 – 28 MARZO | INTEGRAR LA EXPERIENCIA

Meditación – Cuencos tibetanos – Chakras – Tiempo libre

La mañana comenzará con nuestra práctica habitual de meditación y MindfulYoga.

Más tarde viviremos una experiencia sonora con cuencos junto al Ganges, acompañada de un trabajo consciente de alineación energética de los chakras.

La tarde quedará libre para disfrutar de Rishikesh, realizar compras, descansar o recibir un masaje Ayurveda.

Espacio para escuchar todo aquello que ha cambiado dentro de ti.

 Noche: Lemon Tree Tapovan,
Rishikesh



DÍA 11 – 29 MARZO | EL CIERRE DEL CÍRCULO

Meditación – Ritual de despedida – Vuelo a Delhi

Nuestra última mañana en Rishikesh comenzará con una práctica de meditación y MindfulYoga.

Después compartiremos un ritual de despedida junto al Ganges para agradecer el camino recorrido y honrar la transformación vivida durante estos días.

Traslado al aeropuerto de Dehradun para tomar el vuelo interno hacia Delhi.
Última noche en India antes del regreso.

Ceremonia final de integración y cierre del retiro.

 Noche: Lemon Tree Premier,
Delhi



DÍA 12 – 30 MARZO | EL VERDADERO VIAJE COMIENZA AHORA

Vuelo internacional Delhi → Madrid

Llega el momento de volver a casa... pero no siendo la misma persona que inició este camino.

Nos trasladaremos al Aeropuerto Internacional de Delhi para emprender el vuelo de regreso a Madrid, donde aterrizaremos por la tarde.

India queda atrás, pero todo lo vivido seguirá acompañándote mucho después del viaje.

Porque algunos lugares se visitan una vez...

y otros permanecen para siempre dentro de nosotros.

Despedida grupal y cierre del viaje transformador.





¿QUÉ INCLUYE ESTE VIAJE?

- Acompañamiento consciente durante todo el recorrido

Por Sonia y guía local de habla hispana, con espacios grupales diarios y 1 sesión individuales 1:1 para acompañar tu propósito personal en el retiro.

- 11 noches y 12 días de alojamiento en hoteles categoría 4 y 5 estrellas

Con desayuno incluido (CPAI), cuidadosamente seleccionados para tu comodidad y descanso.

- Transporte privado con AC y WIFI durante todo el viaje

Incluye todos los traslados entre ciudades y actividades del programa.

- 2 Vuelos internos Jaipur → Dehradun → Delhi

Para conectar cómodamente con el norte espiritual de India.

- Entradas a todos los monumentos, templos y lugares visitados

Incluyendo Taj Mahal, Fuerte Amber, City Palace, Ashram Beatles, entre otros.





¿QUÉ INCLUYE ESTE VIAJE?

- Celebración única y mágica de Holi en Pushkar

Con colores orgánicos, música y danza consciente.

- Bolsa de bienvenida con regalos simbólicos
- Tres cenas/comidas especiales incluidas
- Transportes locales auténticos

Como tuk-tuks, ciclo rickshaws y paseos especiales para vivir India desde dentro.

- Ceremonias espirituales y prácticas diarias

Rituales en los ghats, ceremonia Aarti en el Ganges, baños sagrados, meditaciones guiadas, dinámicas de journaling, visualización y yoga.

- Asesoramiento personalizado

Para que llegues preparad@, tranquil@ y con tu intención clara.





¿QUÉ NO ESTÁ INCLUIDO?

- Vuelos internacionales Madrid – Delhi – Madrid

Te facilitaremos los datos del vuelo en grupo para que puedas reservar con nosotr@s si lo deseas.

- Visado electrónico (e-Visa India)

Podemos ayudarte a gestionarlo si lo necesitas.

- Seguro de viaje internacional

Podemos ayudarte a gestionarlo si lo necesitas.

- Propinas para guía y conductor

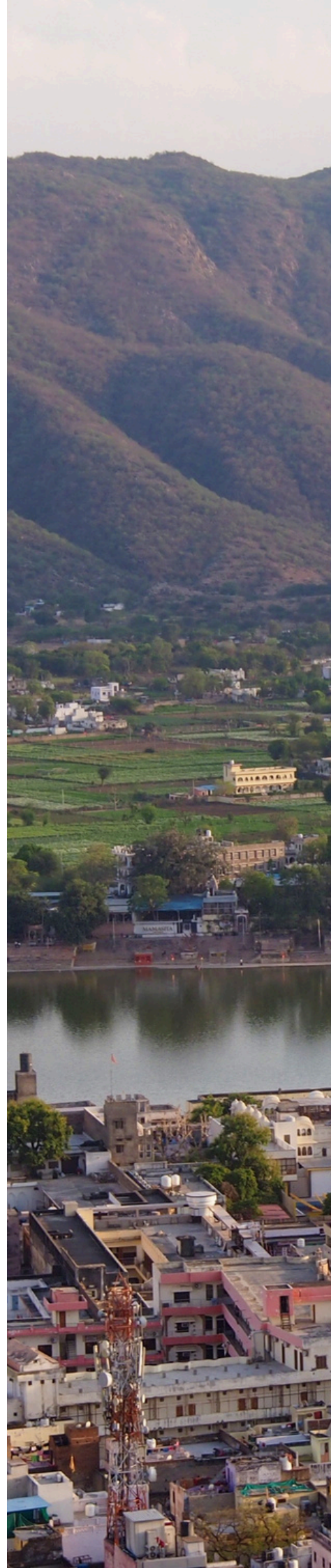
Una práctica habitual y esperada en India. Recomendamos una cantidad orientativa: 5 euros / persona / día.

- Gastos personales y compras no mencionadas

Como souvenirs, snacks, lavandería, Tarjeta SIM local, etc.

- Comidas no especificadas

Los desayunos y alguna cena / comida están incluidas. El resto de comidas serán libres para que puedas disfrutar a tu ritmo de la gastronomía local.





Importante

- El itinerario puede experimentar ligeras modificaciones según el ritmo del grupo, condiciones climáticas o necesidades logísticas locales.
- Nuestra prioridad es el bienestar y la experiencia del grupo, por lo que algunas actividades podrían reorganizarse para favorecer la integración personal, el descanso o abrir espacio a experiencias auténticas y espontáneas que surjan durante el camino.
- Este retiro está vivo, como lo está India. Nos abrimos a lo simbólico, lo inesperado y lo mágico.





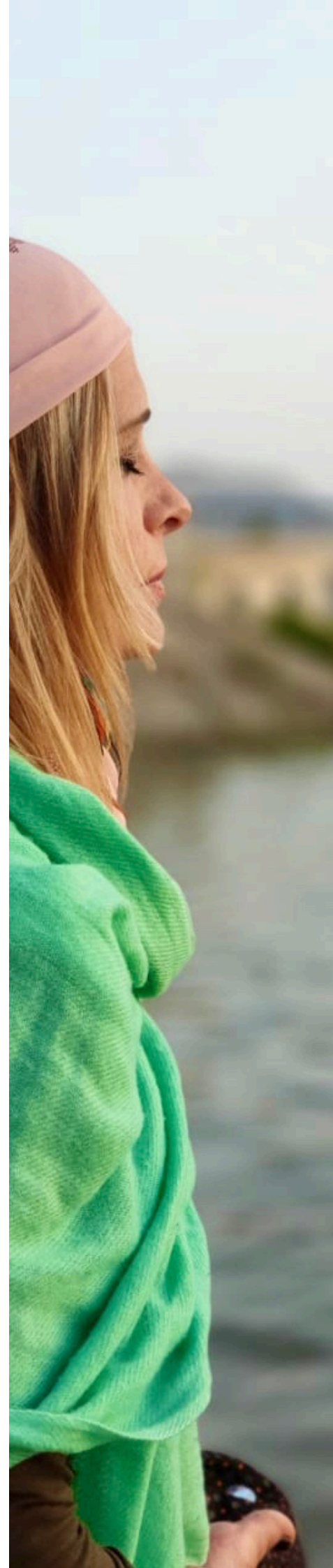
Importante:

- Acompañamiento diario:

Durante todo el viaje contarás con un acompañamiento grupal consciente guiado por Sonia, quien sostendrá espacios de reflexión, integración y conexión, además de guías locales en todas las ciudades que visitarás.

- 1 sesión individual 1:1

Al final del retiro con Sonia, diseñada para para integrar la experiencia, reconocer tu evolución y definir los próximos pasos que te permitan llevar esta transformación a tu vida con mayor claridad y propósito.



INVERSIÓN EN TU VIAJE TRANSFORMADOR



OPCIONES DE ALOJAMIENTO

Habitación Doble (uso compartido)

1.790 € / persona

Ideal si vienes con alguien o estás abiert@ a compartir con otra viajero@ del grupo.

Habitación Doble (uso privado)

Suplemento adicional: 550 € / persona

Para quienes desean mayor intimidad y silencio durante el retiro.



RESERVA TU PLAZA

Reserva inicial: 290 €

PLAZOS DE PAGO con facilidad (Opcional)

Segundo pago: 450 € antes del 31 de diciembre 2026

Tercer pago: 450 € antes del 30 de enero 2027

Pago final: 600 importe restante € antes del 10 de febrero 2027

Incluye: asesoramiento personalizado, acompañamiento durante todo el proceso y todos los servicios detallados en el programa.

Email: info@awakesenses.com

WhatsApp: +34 666 313166



Grupo entre 8-15 personas

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