

ANIMA

PARINAMA



ANIMA
PARINAMA



ANIMA PARINAMA

significa la
evolución de las almas

En este mágico retiro, te invitamos a sumergirte
en un viaje profundo de autodescubrimiento y
transformación.

confía en el camino

Durante estos tres días,
exploraremos diversos caminos
para nutrir y elevar nuestro
ser.



24, 25, Y 26 de noviembre
@centroumepay



Centro Umepay

Camino a Villa Yacanto, se encuentra este maravilloso hospedaje de cabañas de bioconstrucción sumergido en naturaleza en el que todas las habitaciones y baños son compartidas.

Además, cuenta con un amplio salón para llevar a cabo nuestras prácticas, un espacio común para descansar y libre acceso al mágico río que lo rodea.

YOGA

Experimentarás una variedad de prácticas enriquecedoras que incluyen **vinayasa yoga** y **kundalini yoga** para revitalizar tu cuerpo y mente.



Ronda sagrada, en donde se nos anima a explorar la conexión cuerpo-ritmo mediante un viaje interior. El lenguaje del ritmo propio y ancestral se descubre al abrir paso al interior, guiados por el arte, la palabra, el cuento y el tambor hacia lo que ya es.



MEDITACIÓN

mindfulness - yoga nidra - guiada bajo las estrellas

meditaciones guiadas que te llevarán a un profundo estado de relajación, permitiendote explorar tu subconsciente y liberar tensiones acumuladas.



ANIMA
PARINAMA





ANIMA
PARINAMA

LA ALIMENTACIÓN

para nosotros es de suma importancia, por lo que a lo largo del retiro además de brindar todas las comidas los menues serán tanto veganos como vegetarianos con el fin de nutrir a nuestro cuerpo y acompañarlo en este camino.





Cocina
UMEPAY

VIERNES

PASADO

¿Quién dijo que esta prohibido mirar hacia atrás?

- 18:00 hs • LLEGADA Y BIENVENIDA
- 18:30hs • HEALTH COACHING
- 19:00hs • PRÁCTICA DE YOGA
- 20:30hs • SESIÓN GRUPAL DE REIKI
- 21:00hs • CENA
- 22:00hs • ESCUCHA BAJO LAS ESTRELLAS
- 23:00hs • DESCANSO

S Á B A D O

PRESENTE

"Es aquí donde la magia de la vida realmente se despliega, donde tus experiencias son más intensas y auténticas.

Respira profundamente y abraza cada instante con gratitud, porque este es el único lugar donde puedes encontrar la paz y la plenitud verdaderas."

- 7:00 hs ● DESPERTADOR
- 7:45hs ● MEDITACIÓN MINDFULNESS
- 8:30hs ● DESAYUNO
- 10:00hs ● PRÁCTICA YOGA KUNDALINI
- 11:00hs ● FREE TIME
- 13:00hs ● ALMUERZO
- 14:30hs ● NIDRA
- 16:00hs ● RÍO Y HEALTH COACHING
- 18:00hs ● SHAKTI MOVES : ronda sagrada
- 21:00hs ● CENA Y SHOW
- 23:00hs ● MASAJE TAI



DOMINGO

FUTURO

"El futuro es un lienzo en blanco, y tu eres el artista de tu destino"

07:45 hs



PRÁCTICA DE YOGA KUNDALINI

08:45hs



MEDITACIÓN

09:00hs



DESAYUNO

ANIMA
PARINAMA



VALOR DEL ENCUENTRO

-----efectivo-----

· hasta el 20 de Octubre	\$150.000
· en adelante	\$180.000

----transferencia bancaria----

· hasta el 20 de Octubre	\$180.000
· en adelante	\$216.000

para hacer tu reserva la seña deberá ser del 20% del valor total según el medio de pago elegido. El 80% restante, deberá ser cancelado EN EFECTIVO antes del 20/11.

Bienvenidos a la transformación

ANIMA
PARINAMA