

YOGA MEDITACIÓN SENDERISMO

RETIRO

CARNOTA, GALICIA

4-7 DE DICIEMBRE



PROGRAMA

RETIRO PUENTE DE DICIEMBRE

Viernes

17:00 Check in

18:00 Introducción

19:00 Yoga Dinámico

20:30 Cena

21:30 Meditación guiada

22:00 Silencio Noble hasta las 11:00

Sábado

9:00 Yoga Suave

10:00 Desayuno en silencio

11:00 Ruta de Senderismo

14:00 Comida

18:00 Taller Tomar Conciencia

20:30 Cena

21:30 Meditación guiada

22:00 Silencio Noble hasta las 11:00

Domingo

9:00 Yoga Suave

10:00 Desayuno en Silencio

11:00 Ruta de Senderismo

14:00 Comida

18:00 Taller Reconectar

20:30 Cena

21:30 Meditación

22:00 Silencio Noble hasta las 10:00

Lunes

9:00 Yoga Suave

10:00 Desayuno

11:00 Check out

****El orden de las actividades puede
variar según el estado del tiempo**

PRECIOS

RETIRO PUENTE DE DICIEMBRE

375€ reservando antes del 5 de Noviembre
425€ precio regular a partir del 5/11/2026

Incluye:

3 noches en habitación compartida
Todas las comidas durante la estancia
Clases de yoga, meditación y talleres
Rutas y material de trabajo

Para reservar tu plaza debes abonar 175€

[Link de Pago](#)

El resto se paga en efectivo el día de llegada

Política de cancelación no reembolsable

Contacto:
603 16 74 46

