

Retiro en Marruecos
*Inteligencia emocional y
Hatha Yoga en el desierto*

Del 23 al 30 de marzo del 2019

*Una experiencia única hacia
tus emociones, el silencio y la
autorrealización a través de la
práctica de Hatha Yoga y la
formación en inteligencia
emocional.*



Organiza:



RESPIRA
comunicación

Colabora:





Sábado 23. Llegada a Marrakech

Recogida en el aeropuerto y traslado al hotel en las puertas de la Medina.

Primer contacto con el encanto de la plaza Jamaa el Fna.

Alojamiento: Riad Marrakech by Hivanage.



Domingo 24. Marrakech-Kelaat M'Gouna, valle de las rosas

Desayuno en el hotel.

Salida en dirección al sur: cruzaremos el Alto Atlas a través del puerto Tizi n'Tichka de 2260m de altitud.

Comida y visita del pueblo fortificado de Ait Ben Haddou y su famosa Kasbah.

Sesión itinerante con Roberto.

Llegada al alojamiento en valle de las rosas.

Clase de Yoga al atardecer.

Cena típica y música tradicional bereber.

Alojamiento: Kasbah Itran. Desayuno y cena incluidos.



Lunes 25. Kelaat M'Gouna - Gargantas del Todra - Merzouga desierto

Yoga al amanecer en la terraza de la Kasbah.

Desayuno.

Salida hacia las Gargantas del Todra. Pasearemos entre sus inmensas paredes, atravesaremos los pueblos bereberes y admiraremos el oasis sahariano de Tafilalet.

Comida en ruta.

Llegada a Hassilabied. Dejaremos el equipaje y nos adentraremos en el Palmeral para coger los camellos hasta Haimas nómadas bereberes. Allí disfrutaremos de un té y de la puesta de sol.

Sesión con Roberto.

Cena y música típica bereber con tambores y fuego.

Alojamiento: Bereber camp. Desayuno y cena incluidos.



Martes 26. Desierto del Sáhara: dunas de Erg Chebbi

Amanecer en las dunas.

Clase de yoga.

Desayuno en la Haima.

Ruta en camello para adentrarnos más al desierto.

Comida en el desierto y tiempo libre para relajarse y disfrutar de las dunas.

Regreso al campamento y sesión con Roberto.

Meditación y puesta de sol en las dunas.

Cena, música bereber y noche estrellada.

Alojamiento: Bereber Camp. Desayuno, comida y cena incluidos.



Miércoles 27: Del desierto a Hassilabied

Amanecer en las dunas.

Sesión con Roberto.

Desayuno.

Regreso a Hassielabed al alojamiento y ducha reconfortante.

Tiempo libre y por la tarde caminata meditativa hacia el desierto.

Clase de yoga.

Alojamiento: Ksar Merzouga. Desayuno y cena.





Jueves 28. Hassilabied - Boumalen Dades

Desayuno y camino hacia la ciudad de Rissani: visita al mercado y diversas paradas turísticas por el valle del Dades.

Comida en ruta.

Llegada al alojamiento y tiempo para relajarse.

Sesión de yoga al atardecer.

Cena y descanso.

Clase de yoga.

Alojamiento: Kasbah Itran. Desayuno y cena incluido.

Tarifas:

- EARLY BIRD: 597€ (IVA incluido).
5 plazas disponibles. Hasta el 1/11/18.
- ESTÁNDAR: 752€ (IVA incluido).

Mínimo 10 personas, máximo 15.

NO INCLUYE: vuelo internacional, seguro de viaje, bebidas en las comidas del programa, entradas a monumentos y aquello no especificado en el programa.



Viernes 29. Regreso a Marrakech

Desayuno.

Vuelta a Marrakech. Cruzaremos el Alto Atlas con paradas para ver el paisaje.

Comida en ruta.

Sesión con Roberto.

Tiempo libre para pasear por la ciudad.

Alojamiento: Riad Marrakech by Hivernage. Desayuno incluido.

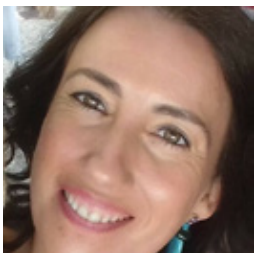


Sábado 30. Marrakech - Aeropuerto

Desayuno en el Riad.

Visita guiada de la Medina, tumbas y sus mercados.

Traslado al aeropuerto.

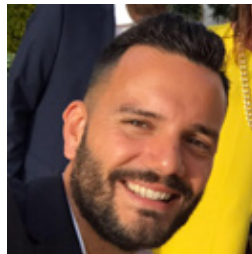


Mila Pérez

Profesora de Yoga por la Escuela Sivananda. Yoga Terapeutico estudiado en Kerala - India. Terapeuta y Formadora de Masaje Tailandes y Chi Nei Tsang (masaje órganos internos) estudios realizados en Chiang Mai-Tailandia. Quiromasaje deportivo y técnicas Orientales. Formación en empresas sobre gestión del estrés.

Roberto Regal

Coach, mentor, consultor y formador en el desarrollo profesional de empleados, mandos intermedios y alta dirección. master en inteligencia emocional y coaching organizacional, postgrado en neuromarketing aplicado, master en comunicación, organización de eventos y protocolo y diplomado en ciencias empresariales.



Más información y reservas: info@agenciarespira.com / tlf: 652107506