



Escuela Natur
Técnicas Naturales

Programa del Retiro Ayurveda

SALVIA SAGRADA

Sábado y Domingo

16 y 17 de Septiembre 2023

Localización

**Es Clot Den Font
Lloret de Vistalegre
Mallorca**

escuelanatur.com



Escuela Natur
Técnicas Naturales

DÍA 1 · 16 de septiembre

09:00 a 09:30 – Llegada e instalación.
09:30 a 10:00 – Ceremonia de la Salvia. Apertura.
10:00 a 11:00 – La Salvia Curativa, distintas plantas.
11:00 a 11:20 – Baño sonoro de Gong sinfónico.
11:20 a 11:50 – Meditación Vipassana.
11:50 a 13:00 – Medición de Nadis.
13:00 a 14:00 – Almuerzo ayurvédico consciente.
14:00 a 15:00 – Hora de calma, descanso libre.
15:00 a 16:30 – Aromaterapia Ayurvédica con Salvia.
16:30 a 17:30 – Descanso reflexivo.
17:30 a 18:30 – Gemoterapia ayurvédica con Salvia.
18:30 a 19:30 – Toma de Salvia y tentempié.
19:30 a 20:00 – Los 5 Koshas, las envolturas.
20:00 a 20:45 – Trabajo vibracional con Mantras.
21:00 – Retirada a los dormitorios.

DÍA 2 · 17 de septiembre

06:30 – Despertar.
07:00 a 08:00 – Meditación Vipassana.
08:00 a 08:15 – Baño sonoro de cuenco de Cuarzo.
08:15 a 09:15 – Desayuno ayurvédico consciente.
09:15 a 10:15 – Yantras: qué son y cómo activarlos.
10:15 a 11:00 – Descanso reflexivo.
11:00 a 12:30 – Yoga restaurativo.
12:30 a 13:00 – Meditación Vipassana.
13:00 a 14:00 – Almuerzo ayurvédico consciente.
14:00 a 15:00 – Hora de calma, descanso libre.
15:00 a 15:30 – Meditación con Koshi aire y fuego.
16:00 a 17:00 – Círculo de cierre.
17:00: Hora de Salida de asistentes del retiro.



Escuela Natur
Técnicas Naturales

INSCRIPCIÓN AL RETIRO



Plazas Limitadas

Escanea el código QR y accede directamente a la inscripción del Retiro de Salvia Sagrada.

Para cualquier duda o consulta:
info@escuelanatur.com
escuelanatur.com

Ten en cuenta que, aunque hemos preparado un itinerario detallado para nuestro Retiro de Salvia Sagrada, este puede estar sujeto a cambios. Es posible que incorporemos nuevas actividades, permitiéndonos adaptarnos a la energía del grupo y proporcionar una experiencia más personalizada y enriquecedora.