Seminario Full Moon

Viernes

16:00 Llegada a Simple Camp

           Alojamiento

      17:00 Ritual del cacao y Danza Primal

bajo los árboles

      19:00 Temazcal

      20:30 Duchas

      21:30 Cena

Sábado

07:00 Desayuno liviano: té + frutas

      07:15 Pranayama

      08:15 Yoga Iyengar

      09:30 Desayuno completo

      Tiempo libre

      Almuerzo

      19:00 En la playa: (atardecer)

      Baño sonoro

      Fogón y cena a la luz de la luna llena en la playa

Domingo

07:00 Desayuno liviano: té + frutas

      07:15 Pranayama en deck piscina

      08:15 Yoga Iyengar

      09:30 Desayuno

      12:00 Despedida

Es un retiro inmersos en la naturaleza, con alimentación consiente biológica, en pleno campo uruguayo, en San Pedro, Colonia del Sacramento, disfrutarán de una experiencia de relax y conexión especial con uno mismo.

La propuesta comienza con la llegada a la tarde a Simple Camp, donde se alojarán en carpas totalmente equipadas, para 2 personas, una propuesta exclusiva ya que se aloja a un máximo de 10 personas. Incluye piscina.

A través de la ceremonia del cacao, de la practica del yoga, del Pranayama y del Sound Healing, de los canto de mantras, se busca la armonización de los chakras y el desarrollo de la sensibilidad y conexión con uno mismo, el momento presente se hace consciente, la atención se expande. Las vibraciones armonizan cuerpo físico, energético, anímico.

Cada células se ordena y se destraban los bloqueos para que la energía vuelva a fluir.