

# RETIR DE PRIMAVERA

29-30 abril i 1 de maig de 2022

Monestir de Sant Daniel – Girona



El retir està plantejat com a una oportunitat per a descansar profundament. Aquest descans profund implica tot el nostre ser: el cos, la respiració, la ment, les emocions...

Estarem en un entorn privilegiat on podrem fer caminades en silenci, relaxacions guiades, yoga, meditació i cant de mantra-s.

**Organitzat per Núria Vinyals. Professora de Yoga i de Cant Vèdic**

**Contacte: 656 949 957 – [nuria@cantvedicyoga.com](mailto:nuria@cantvedicyoga.com)**

Arribada: divendres 29 d'abril a partir de les 17:00.

Sortida: diumenge 1 de maig a partir de les 15:00

Preu: 240 euros. Tot inclòs