

RETIR DE TARDOR

18 - 19 - 20 novembre 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 mantras.

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

Contacte: 656 949 957 – nuria@cantvedicyoga.com

Arribada: divendres 18 de novembre a partir de les 17:00

Sortida: diumenge 20 a partir de les 15:30

Preu: 250 euros. Tot inclòs.