

YOGA . MEDITACION
. WELLNESS SPA

RETIRO

SINTONIZA TUS HORMONAS

CANAL OM , LOS VILOS
3 AL 5 NOVIEMBRE

Cada día se nos hace más difícil generar espacios de silencio y reflexión para conectar con nuestra sabiduría interna. Para eso es necesario darnos tiempo y hacernos las preguntas importantes. Si bien todas las etapas de las mujeres son un misterio y un regalo, es fundamental informarse para conocer que es lo mejor para nosotras y como lidiar con nuestras hormonas . Tarde o temprano ocurren desequilibrios que nos pueden impactar en menor o mayor grado. Es por eso que te quiero invitar a nuestro Retiro “Sintoniza tus Hormonas “ que estará centrado en prácticas que irán en beneficio para tu buen funcionamiento hormonal. Te esperamos del 3 al 5 de Noviembre en un bellissimo lugar frente al mar. Canal Om.





PROGRAMA

SINTONIZA TUS HORMONAS

VIERNES 3

18:30 Inicio, yoga y Meditación

20:30 Comida

SABADO 4

9:30 Jugo Detox

10:00 Práctica Yoga

12:00 Brunch

13:30 Tiempo libre para ti

16:00 Conversación
abierta ¿que dicen
tus HORMONAS?

17:30 Taller Salud y
bienestar con Marcos
WELLPLUS
(Superalimentos)

18:30 Práctica de Yoga

20:00 Comida





DOMINGO 5

9:30 Jugo Detox

10:00 Práctica yoga

12:00 Entrevistas
personalizadas para
elaborar práctica,
según necesidades

12:30 Brunch

13:00 Tiempo libre para ti

17:00 Término RETIRO
SINTONIZA TUS
HORMONAS

EN LOS TIEMPOS LIBRES
PODRAS ACCEDER AL USO
DE TODAS LAS
INSTALACIONES DE CANAL
OM WELLNESS & SPA.
HABRÁ ZONA DE FRUTAS,
FRUTOS SECOS, SNACK ,
DIFERENTES TES, TE
CHAI, CAFÉ E
INFUSIONES.





MARIA JOSE PRIETO

INFO Y RESERVAS

vibraconzento@gmail.com

+56966289333

EL RETIRO INCUYE :

- 2 Noches de alojamiento, según habitación a elección
- Alimentación Saludable.
- Prácticas de Yoga y Meditación
- Taller Salud y Bienestar con Wellplus
- Uso de Instalaciones
- Tres piscinas con agua de mar
- Piscina con agua dulce
- Tina de madera con agua de mar caliente.
Talasoterapia
- Sauna con vista al mar
- Hidromasaje
- Regalos de marcas invitadas
- Secuencia de yoga personalizada según requerimiento.
- Fotografías de la experiencia.

IMPORTANTE SABER

No es importante tener práctica de yoga para asistir al retiro.

No incluye traslados



RETIRO “SINTONIZA TUS HORMONAS”

Valores según habitación en CANAL OM.

\$550.000 P/P Doble

\$585.000 P/P Single

\$600.000 P/P Doble deluxe o matrimonial
con baño privado y vista al mar.



~tu Cuerpo en Mente~

Info y Reservas
vibraconzento@gmail.com
+56 9 66289333