



RETIRO DE ZHINENG

28 Sept - 7 Oct

MÁLAGA CORTIJO LAS MONJAS

"Práctica intensiva"

Nivel 1, 2, 3

Método sentado piernas rectas

Hunyuan shen shi

Abrir-cerrar las 7 puertas

Métodos de apertura del dantian

superior: puerta del cielo y tercer ojo

Sanación, experimentos

Práctica, relajación, y mucho compartir

Plazas limitadas

Guiado por
ROCÍO SINTAS



MÁS INFO Y RESERVAS

onelight.es

+34 603641979

PROGRAMA

Ubicación

El Cortijo las monjas está ubicado en Málaga provincia, a unos 50 km de la capital, rodeado de hermosas montañas, con piscina, jardines y amplios espacios donde disfrutar.

Apartamentos

El lugar cuenta con apartamentos rústicos para compartir, con baño privado, cocina, y terraza o patio con vistas a la naturaleza.

Comidas

Contamos con tres ricas comidas vegetarianas al día y refrigerios entre las clases.

Inversión del retiro

9 noches en pensión completa: 900€ si se reserva antes del 18 de julio. Después 990€. Plazas limitadas. Contáctanos antes de reservar para saber si quedan.

Horario

8:00 a 9:00 - Práctica de la mañana

9:00 a 10:00 - Desayuno

10:00 a 13:45 - Clase y práctica

14:00 a 16:30 - Almuerzo y descanso

16:30 a 19:45 - Clase y práctica

20:00 a 21:00 - Cena

21:00 a 21:30 - Práctica de la noche

Tendremos un día de descanso, y una celebración final

Visitas

Los alrededores cuentan con bellos paisajes donde caminaremos entre olivos centenarios, ríos de aguas frescas con pozas para baño, unos antiguos baños de aguas sulfurosas de la época románica, y un poco más lejos, la playa como última celebración opcional.

MÁS INFO Y RESERVAS

onelight.es
+34 603641979

