



Retiro

*Camino
Corazón*

un camino de paz

MEDITACIÓN

BREATHWORK

Yoga y Movimiento

ESCRITURA CREATIVA

Retiro 4,5,6 octubre

@uncaminodepaz

Retiro Camino Corazón

un camino de paz

Volver a conectarnos con nuestro propio pulso ,
nuestro cuerpo, nuestro latir, nuestro instinto,
nos devuelve a conectar con la vida,
con la ilusión y nuestro camino e intuición.

- Trabajaremos con la CONEXIÓN con nosotras mismas.
- Prácticas para CONECTAR con nuestra INTUICIÓN.
- Ejercicios y movimiento para bajar y DESCANSAR en el CUERPO y sentirlo SEGURO
- Disfrutar de momentos de Escritura y Naturaleza.
- Aprender a CONECTARNOS en lo que SENTIMOS y SOSTENERNOS en el NO SABER.

@uncaminodepaz

Retiro Camino Corazón

Este retiro es para ti si,

quieres reconectar con partes de ti olvidadas, conectar con tu propio ritmo, con el descanso, el disfrute y el sentirte de nuevo libre y conectada contigo@ mism@.

un camino de paz

@uncaminodepaz

Retiro Camino Corazón

Estaremos Hospedad@s en esta casa preciosa, CASA OM,
situada en la montaña en Dosrius a 30 minutos de Barcelona.



un camino de paz

@uncaminodepaz

Retiro Camino Corazón

Con Comida Deliciosa de THE HEALTHIEST CHOICE BCN
@thehealthiestchoice



un camino de paz

@uncaminodepaz



PROGRAMA - HORARIOS 1

Planning*

DÍA 1 - Viernes 4 octubre

Check in. a partir de las 17:30h

18:30 BIENVENIDA . Introducción al Retiro y Presentación.

19:00 Intro Yoga, Meditación , Movimiento consciente

20:30 CENA

22:00 MEDITACIÓN O YOGA NIDRA

23:00 Bona nit!

DÍA 2 - Sábado 5 octubre

7:30- Té e infusiones y fruta

8:00 - 9: 30 Yoga, movimiento y respiración BERTA y (libreta)

9:30- 11:30 DESAYUNO

11:30 a 13:30 - Escritura CREATIVA y ALTAR

14:00 - 15:30 - Comida

15:30 a 17:30 - Tiempo Libre : (descanso , caminata o piscina)

17:30 a 19:30 h - BREATHWORK, Respiración y corazón con BERTA

20:30 CENA

22.00 KIRTAN con Debbie (Música en vivo)

23:00 - Bona nit! silencio hasta mañana!

Planning*

DÍA 3 - Domingo 6 octubre

7:30- Tés e infusiones y fruta

8:00 - 9: 30 Yoga, movimiento y respiración con BERTA

9:30- 11:30 Desayuno

11:30 a 13:30 TALLER ASTROLOGIA VIVENCIAL junto a NEUS FLORIT

14:00 - 15:00 - Comida

15:30 a 16:30 - Charla y Cierre Retiro

17:00h - Vuelta a Casa

HABITACIONES

DISTRIBUCIONES HABITACIONES Y PRECIOS
RETIRO *

3 OPCIONES A ESCOGER :

1. CAMA INDIVIDUAL EN HABITACIÓN
COMPARTIDA: 320€
2. CAMA MATRIMONIO (1 PAX) EN HABITACIÓN
COMPARTIDA : 340€ - (2 PAX) - 320€
3. CAMA MATRIMONIO EN HABITACIÓN SOLA (1
PAX): 360€ - (2 PAX) 320€

* PRECIOS POR PERSONA

- Este precio incluye todas las actividades, y
PENSIÓN COMPLETA incluidas en el programa



FACILITADORA Y ORGANIZADORA RETIRO

BERTA ROCAFORT



BERTA ROCAFORT @uncaminodepaz

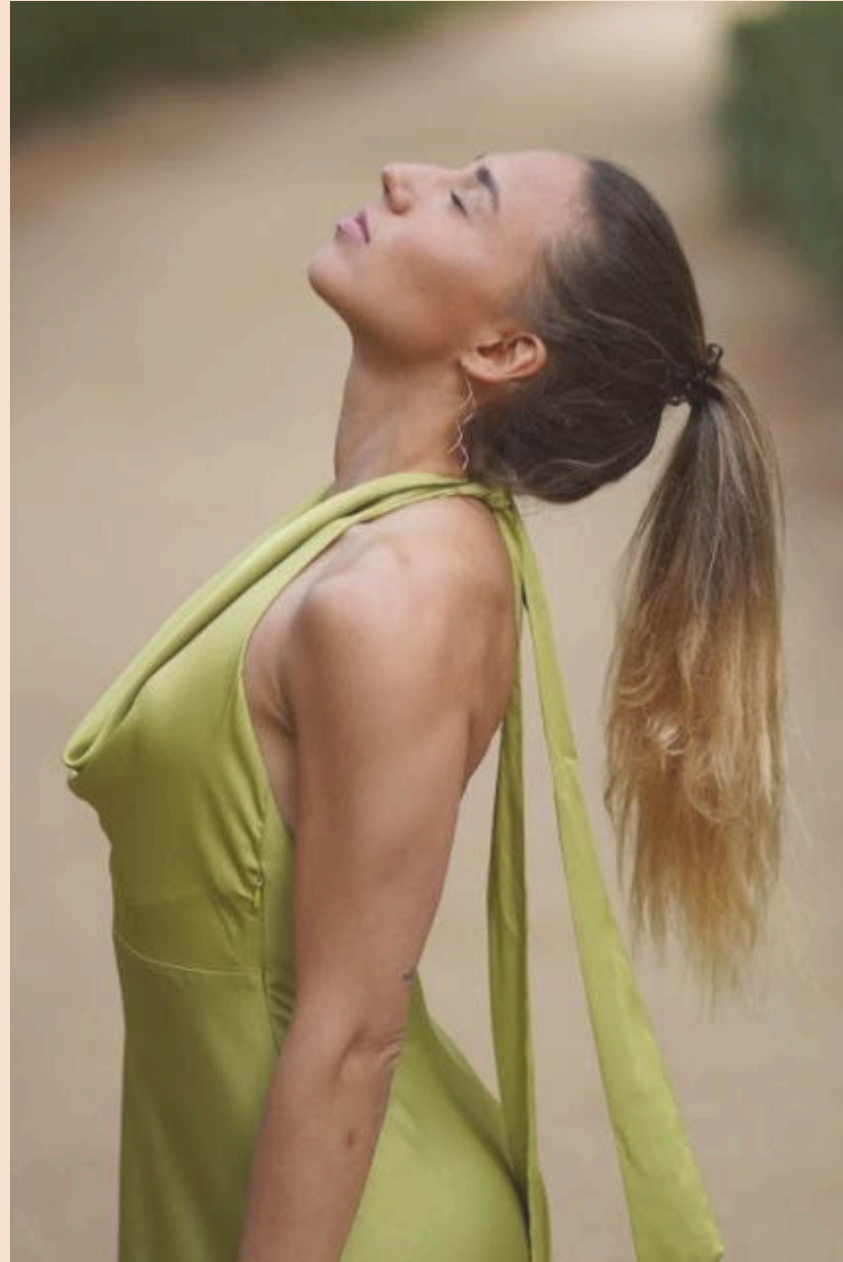
Terapeuta y Facilitadora y Organizadora del Retiro

Organización del Retiro.

Hace más de 10 años que me dedico al acompañamiento individual terapéutico y organización de eventos y retiros.

En este Retiro, Guiaré las prácticas matutinas de yoga, movimiento consciente y meditación , así como el Breathwork y te acompañaré a reconectar con tu voz interior y sentir propios a través de diferentes prácticas para reconectar con la conciencia del cuerpo y del momento presente .

COLABORADORAS E INVITADAS



TALLER DE ASTROLOGIA VIVENCIAL
para Conocernos mejor según nuestra
Carta Astral
NEUS FLORIT

@neus.florit



THE HEALTHIEST CHOICE BCN
COMIDA RICA , SANA Y VEGETARIANA

@thehealthiestchoicebcn



KIRTAN
BHAKTI YOGA
Musica y voz con **DEBBIE**

@deborah_mary_davies

RESERVAS

PARA RESERVAR TU PLAZA EN EL
RETIRO
y TRANSFERENCIA DE 120€
AL NUMERO DE CUENTA:
BBVA ES3701828109890201500444

PONIENDO

Nombre : Berta Rocafort

Concepto : CASA OM -CAMINO CORAZÓN

Envíanos el comprobante de pago al mail:
uncaminodepaz@gmail.com

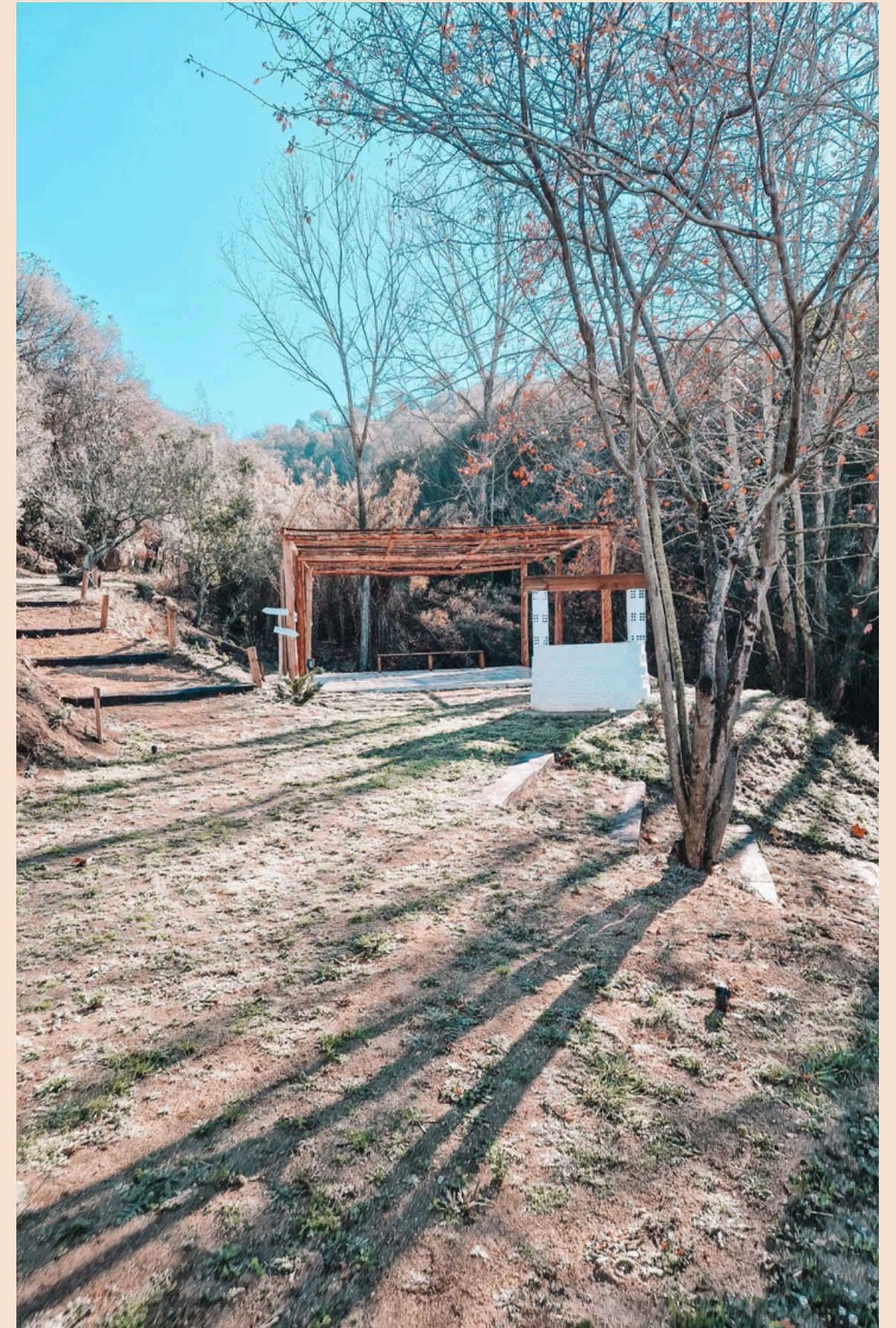
- ANTES DE HACER La Reserva hay que
Confirmar lectura del documento que os
enviaremos, adjunto.

POLÍTICA DE CANCELACIÓN

Puedes cancelar tu reserva hasta 20 días antes de la
realización del retiro (15 SEPTIEMBRE 2024) con la
devolución del 100% de tu reserva.

Después de esta fecha del 15 no se realizará el reembolso.

Reservando tu plaza, existe un compromiso significativo de
recursos, tiempo y coordinación con diferentes
profesionales. Al realizar un depósito, estás reservando un
espacio que luego no estará disponible para otras personas
y que ya habrá requerido de preparativos específicos.



CONTACTO Y RESERVAS

BERTA ROCAFORT

UNCAMINODEPAZ@GMAIL.COM

INSTAGRAM: @UNCAMINODEPAZ

WWW.UNCAMINODEPAZ.COM

Para cualquier pregunta o consulta , no dudes en escribirme :)
para cualquier cosa que quieras comentar!

Te esperamos con muchas ganas e ilusión.





Retiro

Camino Corazón

un camino de paz

MEDITACIÓN

BREATHWORK

Yoga y Movimiento

ESCRITURA CREATIVA

Retiro 4,5,6 octubre

@uncaminodepaz