



# Taller de Yoga y Biodanza

**Sábado 9  
de marzo,**  
de 10:00 hs. a 20:00. hs.

lo impartirán:

**José Manuel**, *director de la escuela de Yoga Prana y Lula*,  
junto con **Harchand**.

**Yoga es unión de cuerpo,  
respiración, corazón y mente;  
biodanza es la danza creativa  
de la vida que fluye en cada ser;**



YOGA Y BIODANZA es una invitación a vivir desde el corazón, en apertura al momento presente, en conexión profunda con uno mismo y con el otro; es una propuesta para un mundo más afectivo, humano y solidario.

Este es un encuentro que forma parte de una serie de 3 talleres con los que buscamos hacer un recorrido por los 7 chakras principales o centros de energía de los que habla la tradición del Yoga y las 5 líneas de vivencia que conforman la experiencia humana de acuerdo a los principios de la Biodanza.

Las Raíces del Ser es un acercamiento a la experiencia de los 3 primeros chakras: enraizamiento y vitalidad, sexualidad y disfrute creativo, autoafirmación.

## Precios:

- 36€ adultos (actividades, bufet libre mediodía y merienda)
- 9€ por niño (bufet libre mediodía y actividades para niños).
- 70€ (Actividades + alojamiento + desayuno + bufet libre mediodía) por persona en habitación doble.

C/ Vespre, 10. Mutxamel.  
Tel 965 95 95 95

  
HOTEL  
BONALBA  
★★★★  
ALICANTE

eventos@hotelbonalba.com  
www.hotelbonalba.com