



# Retiros a la Carta

Para Familias / Amigos / Empresas



Desde Arunachala te ofrecemos la posibilidad de organizar un Retiro personalizado para las necesidades y gustos de tus familiares, amigos o miembros de tu empresa/asociación.

Arunachala Advaita Yoga Center es un mágico espacio situado en la montaña de Castalla, a 30 minutos de Alicante capital. Un lugar ideal para descansar, relajarse y compartir actividades que aportan bienestar y crecimiento personal.

**GRUPO MÁXIMO DE 9 PERSONAS**

**DURACIÓN ENTRE 2 Y 5 DÍAS**

**95 EUROS POR PERSONA/DÍA**

**Actividades incluidas según las necesidades de cada grupo:**

- MEDITACIÓN
- HATHA YOGA
- YOGA DULCE
- YOGA INTEGRAL
- YOGA NIDRA
- YOGA DE LA RISA
- DANZA CONSCIENTE
- SENDERISMO CONSCIENTE
- MANTRAS Y YOGA DEL SONIDO

**Actividades opcionales (precio según actividad):**

- MASAJE RELAJANTE INDIVIDUAL
- TERAPIA CRANEO-SACRAL INDIVIDUAL
- TALLERES DE COSMÉTICA NATURAL
- TALLERES DE COCINA
- EJERCICIOS SISTÉMICOS
- CONSTELACIONES FAMILIARES
- BIODANZA

**Opciones de alimentación:**

- OVO-LACTO-VEGETARIANA CON PESCADO
- OVO-LACTO-VEGETARIANA
- VEGANA
- Adaptación a dietas SIN GLUTEN y SIN LACTOSA





MÁS INFO  
Y RESERVAS:

640 85 49 91  
(José Manuel)

JOSÉ MANUEL LORENTE  
Director de Arunachala  
y Prana, Escuela de Yoga

