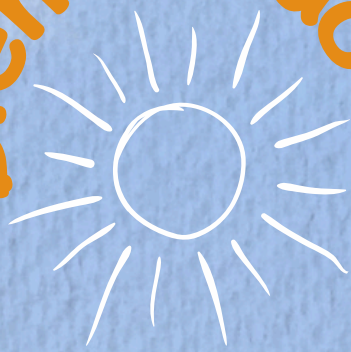


Bienvenido



en el Ashram

Facilitan:

Vayu



Satyavati



Madhava

Cestona

2026




Paramtapa

Devi


**ESTA PROPUESTA**

**ES PARA TÍ SI:**



 **te apetece probar unos días en ambiente de yoga y meditación**

 **quieres unos días de descanso integrándote en las dinámicas del Ashram**

 **te va(n) bien alguno(s) de los días: sábado 22, domingo 23, lunes 24, martes 25, miércoles 26**

**Información: Ainara 652 74 44 08**

# PRECIOS

 1 día 95€

 2 días 190€

 3 días 280€

 4 días 360€

 5 días 450€

22, 23, 24, 25, 26 de agosto

Información: Ainara 652 74 44 08

**Sábado 22 de agosto**

**8:30 meditación y mantras  
con Madhava**

**10:00 Hatha yoga**

**12:00 desayuno y karma yoga**

**13:30 Sendero del Yoga**

**15:00 descanso, piscina, jardín...**

**17:30 análisis transaccional I**

**19:00 cena**

**20:30 Paramtapa, guitarra y voz**

**22:30 meditación y mantras  
con Madhava**

**Domingo 23 de agosto**

**9:00 meditación y mantras**

**con Madhava**

**10:30 Hatha yoga**

**12:00 desayuno**

**13:30 Sendero del Yoga**

**15:00 descanso, piscina, jardín...**

**17:00 análisis transaccional II, taller**

**19:00 cena**

**20:00 Práctica con carretera y mantra**

**Lunes 24 de agosto**

**8:30 meditación y mantras**

**con Madhava**

**10:00 Hatha yoga**

**12:00 desayuno**

**13:30 Sendero del Yoga**

**15:00 descanso, piscina, jardín...**

**17:30 Hatha Yoga**

**19:00 cena**

**20:30 limpieza y activación de chakras**

**22:30 meditación y mantras**

**con Madhava**

**Martes 25 de agosto**

**8:30 meditación y mantras**

**con Madhava**

**10:00 Hatha yoga**

**12:00 desayuno**

**13:30 Sendero del Yoga**

**15:00 descanso, piscina, jardín...**




**17:30 Hatha Yoga**

**19:00 cena**

**20:30 limpieza y activación de chakras**

**22:30 meditación y mantras**

**con Madhava**



**Miércoles 26 de agosto**

**8:30 meditación y mantras**

**con Madhava**

**10:00 Hatha yoga**

**12:00 desayuno**

**13:30 Sendero del Yoga**

**15:00 descanso, piscina, jardín...**



**18:00 TEATRO**

**Cena y despedida**

