
EL LATIDO DEL BOSQUE
Yoga, naturaleza y centros de energía
12 al 15 de marzo
2027
Bariloche - Río Negro



¡Hola! *

Te invitamos a vivir una experiencia transformadora en nuestro **Retiro de Yoga “El Latido del Bosque”**

Un espacio para ***reconectar*** con vos misma, ***liberar*** tensiones y ***cultivar*** paz interior, en un entorno único como es Bariloche con sus bosques, lagos y montañas.

La propuesta incluye:

- Alojamiento con desayuno 3 noches Posada Los Juncos- Bariloche.
- 2 cenas y 2 viandas para el almuerzo.
- Prácticas , actividades y paseos mencionados en el programa.



Valor por persona USD 495

Precio por persona en habitaciones dobles.
No incluye pasajes aereos. Consultar opciones .

Para reservar tu lugar se solicita el 50% de seña y el saldo se puede pagar hasta 29 de enero o bien podes pagar el total con tarjeta en 6 cuotas de $ 156.000 fijas en pesos .
Consultanos al 54 2944 712856

¿Por qué regalarnos este espacio?

Vivimos a un ritmo que muchas veces nos aleja de nuestro propio centro.

Este retiro no es simplemente un viaje a la Patagonia; es una invitación a pausar, a respirar profundo y a volver a escucharnos.

Nos sumergiremos en el bosque milenario para dejar que la naturaleza nos abrace, nos aquiete y nos recuerde cómo fluir. Es una oportunidad para soltar el peso de lo cotidiano, nutrir la vitalidad y compartir unos días de conexión genuina, habitando el presente con amor y sin exigencias.
Un espacio cuidado para que cada persona pueda reencontrarse con su propio latido, en sintonía con la tierra.



Para este encuentro elegimos trabajar con la **sabiduría de los cinco elementos** (Tierra, Agua, Fuego, Aire y Éter) porque son las fuerzas vitales que nos habitan y nos sostienen.
A través de las prácticas iremos despertando y equilibrando nuestros centros energéticos, yendo desde las raíces más profundas hasta la mayor expansión.
Esta alquimia está en perfecta resonancia con el espacio que nos recibe: la hermosa **Posada Los Juncos.**
Allí, el entorno natural se funde con el descanso, al punto que cada una de sus cálidas habitaciones lleva el nombre de un elemento, abrazando y acompañando nuestro recorrido interior incluso durante el sueño

Nuestra convivencia y que traer:
La esencia de este retiro se basa en una convivencia consciente y participativa.
Buscamos tejer una red de empatía y cuidado mutuo, respetando profundamente los silencios, los tiempos y los procesos internos de cada integrante del grupo.
Para acompañar las prácticas diarias, te pedimos que traigas tu propio mat o una lonita. Tener tu elemento personal te ayudará a enraizar mejor y a sentirte en tu propio refugio durante cada movimiento



Contacto:

(+54)2944712856 @centroholistico.alas @guadaviajesdannemann

www.dannemann.com.ar

Programa de actividades

Viernes 12 - Llegada
Registro. Tiempo para recorrer el entorno

- 18 hs Círculo de apertura y presentación
  Práctica suave para soltar las tensiones del viaje
- 20 hs Cena de Bienvenida
- 21.30 Fogón bajo las estrellas o canto de mantras en la hostería para intencionar los días que compartiremos – Ritual de Apertura

Sabado 13 - Vitalidad y Naturaleza - Chakras Inferiores

- 8:00 hs: Respiración Grupal para despertar la Energía Vital
- 9:00 hs: Desayuno
- 10:30 hs: Salida hacia el bosque (cercano)
  Práctica de "Baño de Bosque" caminando con atención plena para despertar los sentidos. Elemento TIERRA
- 13:00 hs: Almuerzo (Vianda 1) en el lago. Conectar con elemento AGUA
- 15:00 hs: Regreso y tiempo para descansar.
- 17:30 hs: Práctica de movimiento enfocada en la fluidez y sumamos Manipura FUEGO
- 20:30 hs: Cena



Domingo 14 - Apertura y Expansión - Chakras superiores

- 8:00 hs: Respiración grupal de la mañana.
- 9:00 hs: Desayuno.
- 10:30 hs: Tiempo de Lecturas elevadoras
- 13:00 hs: Almuerzo (Vianda 2) en la naturaleza.
- 15:00 hs: Tiempo libre para descansar
- 16.30 hs Caminata consciente por los senderos del bosque Llao Llao.
  Práctica de Integración en la naturalez al Aire Libre AIRE - ETER
  Paseo por Bahía López, Circuito Chico, Punto Panorámico y regreso.
  Opción de quedarse a contemplar el atardecer en un parador panorámico de la zona, para tomar algo rico o compartir la cena (*esta comida no está incluida*)
  Regreso a la hostería
- 21.30: Canto grupal y reflexiones

Lunes 15 de marzo – Integración y Cierre
08:00 hs: Respiración grupal de integración final.
09:00 hs: Desayuno.
10:00 hs: Círculo de cierre, compartir de la experiencia y meditación final. Despedida

Contacto:

(+54)2944712856 @centroholistico.alas @guadaviajesdannemann

www.dannemann.com.ar

Quiénes te acompañamos

Vivi Conti



Soy profesora de yoga y codirectora de la Escuela de Formación Integral del Centro Holístico Alas. En este encuentro te invito a regalarte el disfrute de habitar tu cuerpo sin apuros. Vamos a movernos y respirar de una forma tan amable que vas a sentir cómo tu energía se renueva por completo al ritmo de la naturaleza. Mi mayor alegría será que te lleves la certeza de tener un refugio de paz en tu interior, volviendo a tu rutina con raíces firmes y el corazón abierto

Guadalupe Cano



Soy practicante de yoga, también hice el instructorado en Alas y trabajo desde hace muchos años en Viajes Dannemann Bariloche, me apasiona diseñar viajes grupales con sentido, experiencias únicas que podamos vivenciar y compartir.



Será una alegría inmensa recibirte en la Patagonia para compartir esta hermosa experiencia!

Contacto:

(+54)2944712856 @centroholistico.alas @guadaviajesdannemann

www.dannemann.com.ar

El espacio que nos recibe: Posada Los Juncos











Contacto:

(+54)2944712856 @centroholistico.alas @guadaviajesdannemann

www.dannemann.com.ar