

Retiro de Yoga en Gredos 2026

Será una gran oportunidad de disfrutar y experimentar la sensación de paz, bienestar y tranquilidad que ofrece la naturaleza.

Disfrutaremos en un entorno especial de un fin de semana con Clases de Hatha Yoga, Kundalini Yoga, Yoga Nidra, distintos tipos y formas de meditar y actividades en la naturaleza como paseos conscientes, baños de bosque, baños en pozas naturales, excursiones a pueblos de la zona y mucho más.

Podrás disfrutar de la experiencia de desconectar e introducir nuevos hábitos saludables en tu vida además de recargar tu energía disfrutando del entorno espectacular y sanador.

Disfrutaremos en una preciosa y enorme finca privada para el grupo con habitaciones/Suites encantadoras, de 18 m2 cada una con baño incorporado en cada una de ellas. Dispone de piscina infinity y zona de descanso al estilo balinés, además de miradores ya que tiene vistas a los 4 puntos cardinales, con vistas al valle, Montes de Toledo, pico Almanzor y Villanueva de la Vera desde la misma. Además está rodeada de robles, olivos, pinos y castaños entre otros.

Cocina cuidada, casera, con cariño, personalizada y deliciosa con productos de la zona. Siempre estaremos atendidos por amigos maravillosos.

Mi objetivo es que tengas una experiencia mágica y transformadora y disfrutes de un fin de semana natural y sanador a través de un proceso de purificación y entrenamiento mental.

Un espacio que generaremos para sentirte, observarte, escucharte, conectar con tú y la “esencia del ser”.

Un fin de semana divertido y amigable donde encontrarás y conectarás con almas tan bellas como la tuya. Sentirás el poder del grupo y la sensación de hermandad.

¿A quién va dirigido?

A todas aquellas personas que sufren de estrés y/o ansiedad, a las que desean profundizar en la práctica consciente y la meditación, para quien anhela mayor bienestar, sosiego y descanso.

Qué haremos...

- Sadhana.
- Hatha Yoga, Kundalini Yoga, Meditación.
- Yoga Nidra.

- Kirtan, canto de mantras, canto Védico (Iniciación).
- Ritual del Solsticio.
- Baño de bosque/ Excursión por la naturaleza.
- Excursión para visitar pueblos de la zona y sus secretos.
- Baño y excursión a pozas naturales con entorno mágico.
- Descanso y desconexión.

Fecha: 19, 20,21 de Junio 2026.

Incluye: Alojamiento de 3 días / 2 noches en habitación doble con baño. Todas las comidas. Todas las clases y excursiones descritas en el programa. El transporte no está incluido, puedes compartir el viaje con otros alumnos y vivir la experiencia de grupo.

Precio: 220€

Seguro volverás completamente renovad@.

INSCRIPCIONES ABIERTAS: Info@karanyoga.com

MUCHAS GRACIAS.