



RETIRO KUNDALINI YOGA ENEAGRAMA

VIERNES 15 Junio

18h APERTURA VIVENCIAL (yoga, montando el Altar)
20,00h TEMAZCAL (o optativa)
22,00h CENA

SÁBADO 16 JUNIO

06,00 JAP JI
06,30 SADHANA
08,30 DESCANSO
09,00 DESAYUNO
10,30 SAT SANGAT Y MEDITACIONES TANTRICAS
13,30 DESCANSO Y COMIDA
16,00 KUNDALINI YOGA
16:30 DINÁMICAS ENEAGRAMA
18:00 DESCANSO
18:30 KUNDALINI YOGA
19:00 DINÁMICAS
20:30 KUNDALINI YOGA
21:30 CENA

DOMINGO 17 JUNIO

06,00 JAP JI
06,30 SADHANA
08,30 DESCANSO
09,00 DESAYUNO
10,30 PASEO CONSCIENTE NATURALEZA
12,00 BREAK
12,30 BIODANZA
15,00 COMIDA