

**RETIRO**  
**FIN DE SEMANA**

# Camino del Alma

**12-14 ABRIL | 2024**

**A SANTA MARÍA D'OLÓ  
(BARCELONA)**



MINDFULNESS  
REGRESIONES  
BIODANZA  
YOGA  
SATSANGA  
MEDITACIONES  
CONEXIÓN CON GUÍAS  
CANALIZACIÓN

**DESCARGA AQUÍ EL  
PROGRAMA ENTERO:**

*(Debes descargar el  
archivo en tu móvil  
para verlo entero)*



"UN ESPACIO  
PARA CRECER Y  
DISFRUTAR DEL  
ENCUENTRO CON  
ALMAS AFINES".

**Contacto e inscripciones:**

[retiro.caminodelalma@gmail.com](mailto:retiro.caminodelalma@gmail.com)



RETIRO

*Camino del Alma*

# PRESENTACIÓN

Contacto e inscripciones:  
[retiro.caminodelalma@gmail.com](mailto:retiro.caminodelalma@gmail.com)

Os invitamos a pasar unos días en un lugar precioso y especial, conectando con la naturaleza, practicando yoga esenio, meditando, bailando y compartiendo trabajo interior en silencio y con almas afines.

En estos momentos es importante despertar y aportar lo mejor de nosotros para elevar la vibración del planeta. Será un retiro para relajarnos y conectarnos con nuestro ser. Pondremos a vuestra disposición herramientas colectivas para el desarrollo espiritual.

**CAMINO DEL ALMA.** El alma tiene una misión, un lenguaje y unos aprendizajes. Cada ser tiene desarrolladas unas habilidades o brillos del alma. Vamos a conectar con esta dimensión a través del amor, el respeto, la introspección, la intuición y el compartir sin juicios.

## ESTE RETIRO ES PARA TI SI DESEAS...

---



*Despertar más a la conexión con tu alma.*

*Disfrutar, jugar, bailar y reír.*

*Activar tu camino espiritual.*

*Iniciarte o profundizar en el yoga, la meditación y el mindfulness.*

*Recibir mensajes del equipo de luz conectado a tu alma.*

*Cargar pilas para continuar tu camino.*

*Compartir inquietudes relacionadas con el desarrollo espiritual.*





RETIRO

*Camino del Alma*

# LA CASA

**Contacto e inscripciones:**  
[retiro.caminodelalma@gmail.com](mailto:retiro.caminodelalma@gmail.com)

Nos alojaremos en la Fundació La Plana, situada en el pueblo de Santa María d'Oló (a tan solo una hora en coche de Barcelona). Dispone de un entorno bello y cuidado al detalle. Se trata de una antigua masía con varias construcciones anexionadas. La comida es buena y sabrosa.

Tendremos a nuestra disposición una gran sala para realizar nuestras actividades. Las habitaciones son compartidas. La masía está rodeada de bosques que pertenecen a la finca y donde hay una ermita prerrománica del año 1100 con una energía muy especial. Hay jardín, terraza, laberinto, pérgola, etc.

**El lugar es perfecto para meditar, pasear y jugar desde el alma.**

## INFORMACIÓN IMPORTANTE

---



**FECHAS:** 29 - 30 noviembre- 1 diciembre de 2024

**LUGAR:** Santa María d'Oló en la provincia de Barcelona. Casa Fundació la Plana. <https://www.fundaciolaplana.org/es/>

**APORTACIÓN:** 330 € (280 € con reserva antes del 1/09/24)

**RESERVA:** Es necesario hacer una reserva de 140 €.

Puedes contactar con:

[retiro.caminodelalma@gmail.com](mailto:retiro.caminodelalma@gmail.com)



RETIRO

*Camino del Alma*

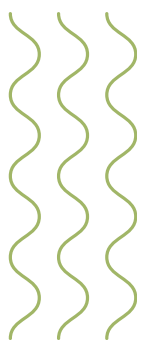
# PROGRAMA

## 12-14 ABRIL 2024

Contacto e inscripciones:  
[retiro.caminodelalma@gmail.com](mailto:retiro.caminodelalma@gmail.com)

### VIERNES 12 DE ABRIL

---

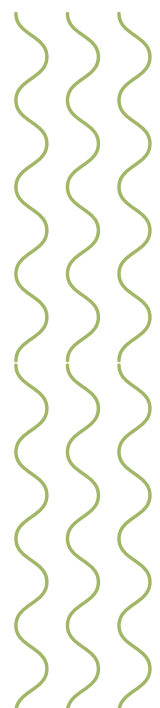


<b>17:00 h</b>	LLEGADA, inscripción y distribución de habitaciones
<b>18:00 h</b>	<b>PRESENTACIÓN E INICIO DEL ENCUENTRO</b>
<b>19:30 h</b>	<b>BIODANZA: ARMONIZAR LOS 7 CHAKRAS</b>
<b>21:00 h</b>	CENA
<b>22:00 h</b>	<b>MINDFULNESS</b>
<b>22:30 h</b>	DESCANSO

### SÁBADO 13 DE ABRIL

---

<b>8:00 h</b>	<b>BAÑO DE BOSQUE CON MINDFULNESS</b>
<b>9:00 h</b>	DESAYUNO
<b>10:00 h</b>	<b>YOGA ESEÑO</b>
<b>11:00 h</b>	<b>REGRESIÓN COLECTIVA</b>
<b>14:00h</b>	COMIDA
<b>15:00 h</b>	<b>TIEMPO LIBRE</b>
<b>16:00 h</b>	<b>NIDRA YOGA Y SATSANGA</b>
<b>18:30 h</b>	MERIENDA
<b>19:00 h</b>	<b>BIODANZA</b>
<b>21:00 h</b>	CENA
<b>22:00 h</b>	<b>MEDITACIÓN CON CUENCOS TIBETANOS</b>
<b>22:30 h</b>	DESCANSO





RETIRO

*Camino del Alma*

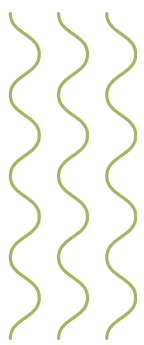
# PROGRAMA

Contacto e inscripciones:

[retiro.caminodelalma@gmail.com](mailto:retiro.caminodelalma@gmail.com)

## VIERNES 29 DE NOVIEMBRE

---

- 
- 17:00 h** LLEGADA, inscripción y distribución de habitaciones
  - 18:00 h** **PRESENTACIÓN E INICIO DEL ENCUENTRO**
  - 19:30 h** **BIODANZA: ARMONIZAR LOS 7 CHAKRAS**
  - 21:00 h** CENA
  - 22:00 h** **MINDFULNESS**
  - 22:30 h** DESCANSO

## SÁBADO 30 DE NOVIEMBRE

---

- 8:00 h** **BAÑO DE BOSQUE CON MINDFULNESS**
- 9:00 h** DESAYUNO
- 10:00 h** **YOGA ESEÑO**
- 11:00 h** **REGRESIÓN COLECTIVA**
- 14:00h** COMIDA
- 15:00 h** **TIEMPO LIBRE**
- 16:00 h** **NIDRA YOGA Y SATSANGA**
- 18:30 h** MERIENDA
- 19:00 h** **BIODANZA**
- 21:00 h** CENA
- 22:00 h** **MEDITACIÓN CON CUENCOS TIBETANOS**
- 22:30 h** DESCANSO





*Camino del Alma*

# PROGRAMA

## 12-14 ABRIL 2024

**Contacto e inscripciones:**  
[retiro.caminodelalma@gmail.com](mailto:retiro.caminodelalma@gmail.com)

### DOMINGO 14 DE ABRIL

---

	<b>8:30 h</b>	<b>YOGA</b>
	<b>9:00 h</b>	<b>DESAYUNO</b>
	<b>10:00 h</b>	<b>ACTIVIDAD DE GRUPO EN EL LABERINTO Y EN LA ERMITA PRERROMÁNICA DEL S. XII</b>
	<b>14:00 h</b>	<b>COMIDA</b>
	<b>15:00 h</b>	<b>CIERRE DE RETIRO Y DESPEDIDA</b>

*El programa puede estar sujeto a variaciones según se vea conveniente por las personas organizadoras.*







*Camino del Alma*

# PROGRAMA

**Contacto e inscripciones:**  
[retiro.caminodelalma@gmail.com](mailto:retiro.caminodelalma@gmail.com)

## DOMINGO 1 DE DICIEMBRE

---

8:30 h **YOGA**

9:00 h **DESAYUNO**

10:00 h **ACTIVIDAD DE GRUPO EN EL LABERINTO Y  
EN LA ERMITA PRERROMÁNICA DEL S. XII**

14:00 h **COMIDA**

15:00 h **CIERRE DE RETIRO Y DESPEDIDA**

*El programa puede estar sujeto a variaciones según se vea conveniente por las personas organizadoras.*



RETIRO

*Camino del Alma*

# QUIÉNES SOMOS

Contacto e inscripciones:  
[retiro.caminodelalma@gmail.com](mailto:retiro.caminodelalma@gmail.com)

## INIA



Facilitadora en **Biodanza**. Formada en la escuela de Yoga Esenio Witryh como **profesora de yoga**. Especializada en **Terapia Regresiva y conexión bioespiritual**, Terapia craneo sacral, Osteopatía **bioenergética**, **Biodescodificación** (Metabioconsciencia), Reiki, Magnified Healing, Fitoterapia y remedios naturales, Radiestesia, Geobiología. Ha viajado por Sudamérica y tenido experiencia con el chamanismo.

Ha acompañado retiros y grupos de crecimiento espiritual durante 14 años, así como viajes iniciáticos a Egipto, al desierto de Túnez y en Francia a los castillos cátaros y a Chartres. Es una buscadora de la sabiduría y la coherencia en el camino espiritual.

**Ama crear espacios donde expresar el amor incondicional y transmitir mensajes de guía espiritual.**

## MARÍA JOSÉ

Experta en **Mindfulness para la salud y el bienestar** (Universidad de Barcelona). Lleva años en el sendero del autoconocimiento (Máster en **Desarrollo Personal** y liderazgo, Máster en **Alimentación consciente**, formación en Constelaciones familiares, **Comunicación no-violenta**, Yoga de los sueños, **Meditación...**) Es una persona dulce, acogedora, resolutiva y buscadora.

**Transmite calma y alegría. Cree que la evolución de consciencia de la humanidad a nivel global es posible.**





¡APUNTATE  
CON  
NOSOTRAS!



tel. **644461140**

**retiro.caminodelalma  
@gmail.com**

**[www.semillasdeldespertar.com](http://www.semillasdeldespertar.com)**

*Camino del Alma*