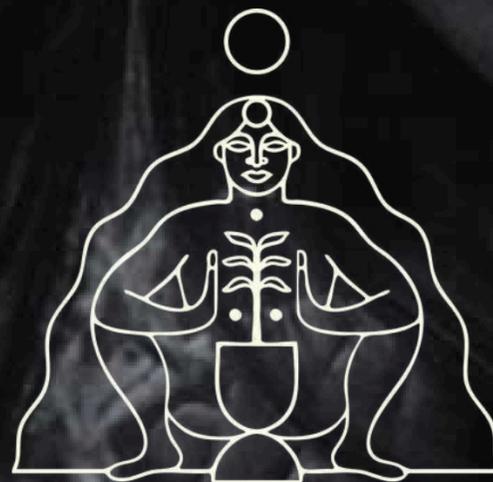


A Journey of (Re)Connection

SRI LANKA

YOGA &



SURF



del 1 al 7 de DICIEMBRE

/ Te acompañará: Aida y Elena /



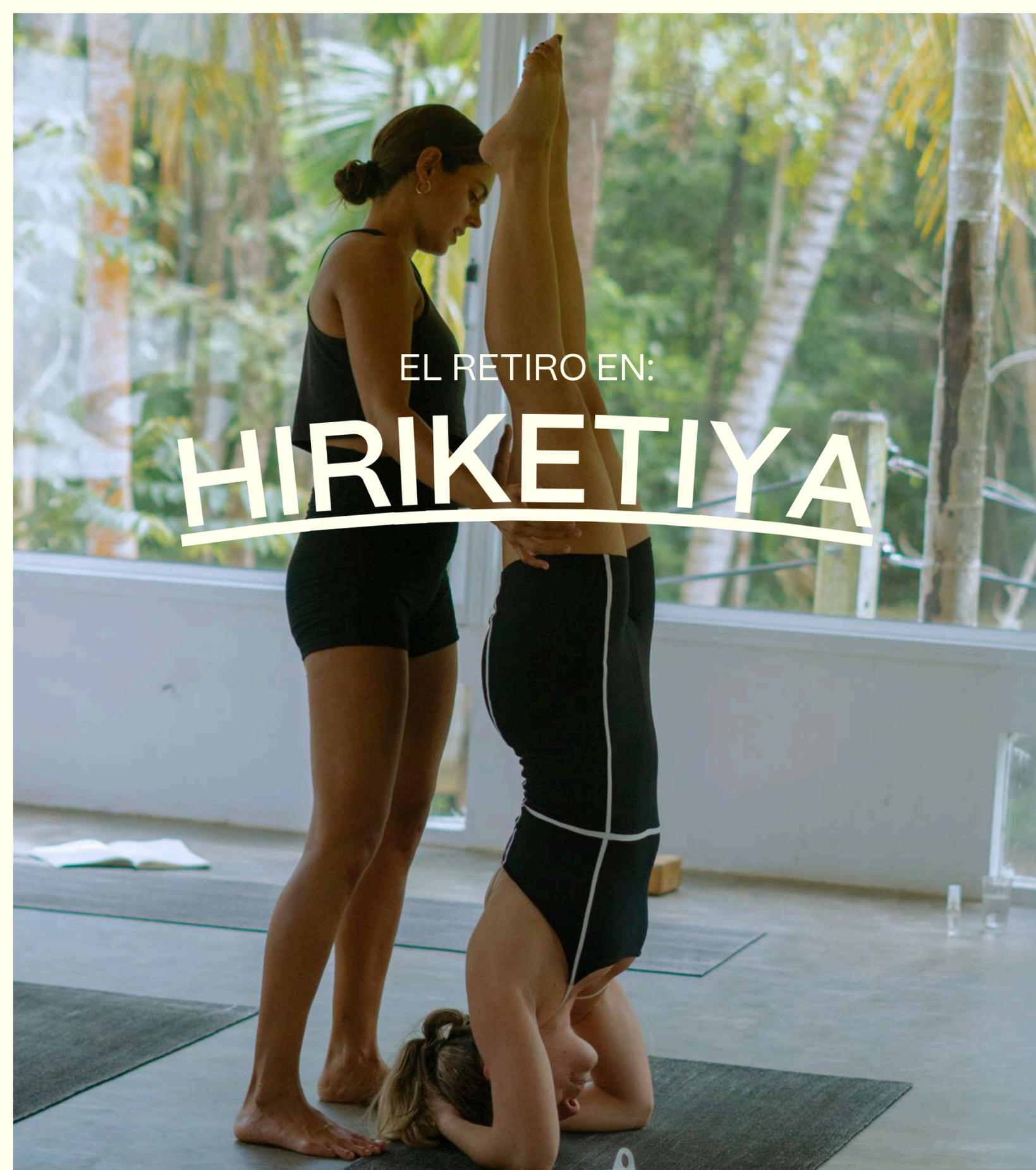
Nos alojaremos en el pueblo de Hiriketiya, situado en el sur de la isla. Este pueblo es conocido por su ola fácil y perfecta.

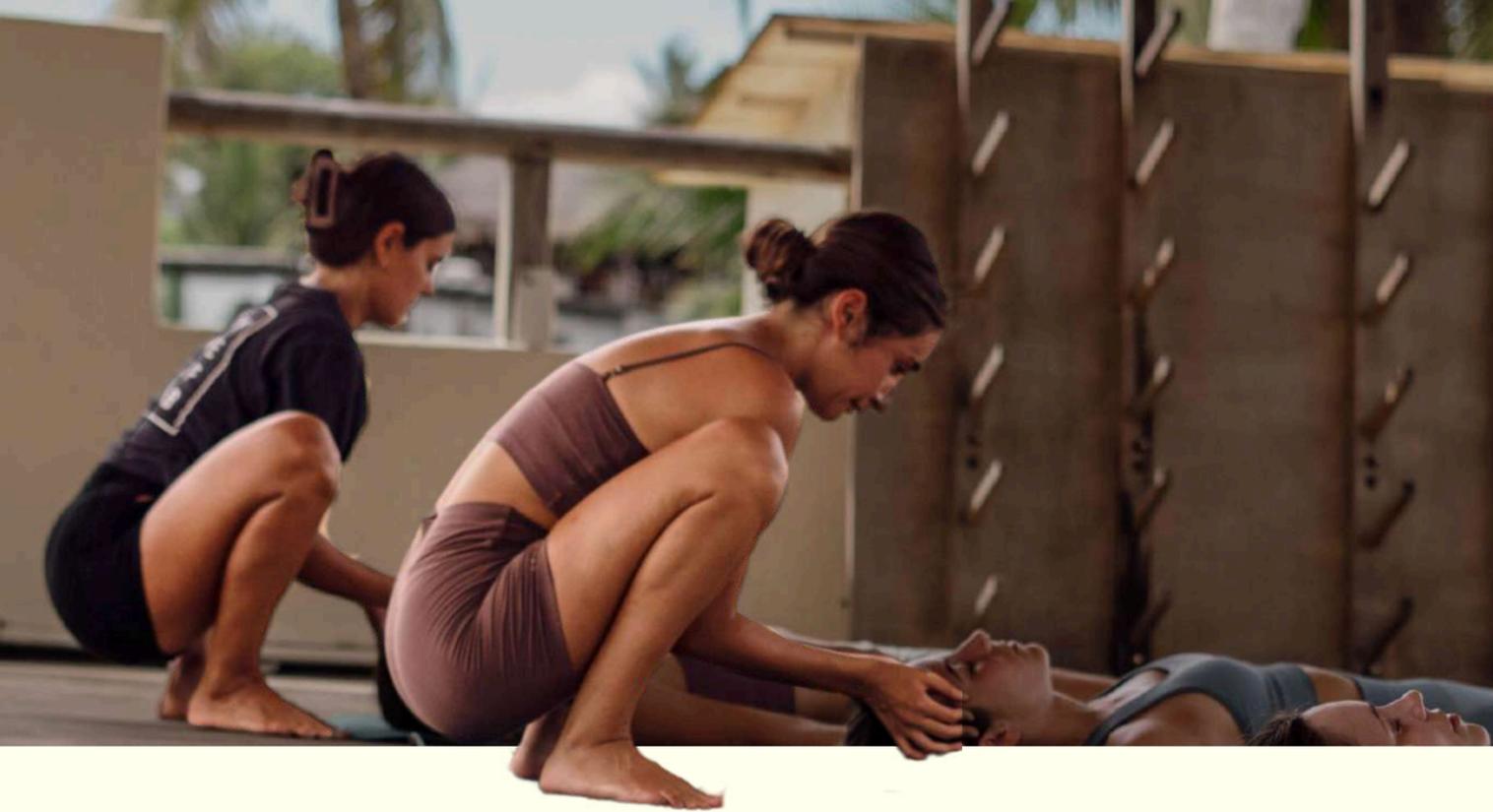
Un pueblo en la playa, lleno de cocoteros y perfecto para disfrutar de unos atardeceres mágicos.

Sri Lanka es un país con una naturaleza espectacular, perfecto para salir a visitar parques naturales, templos y campos de arroz.

EL RETIRO EN:

HIRIKETIYA





Te contamos un poco sobre nosotras:

ULU significa crecimiento espiritual en Hawaiano, y eso es lo que queremos aportar en cada uno de nuestros retiros.

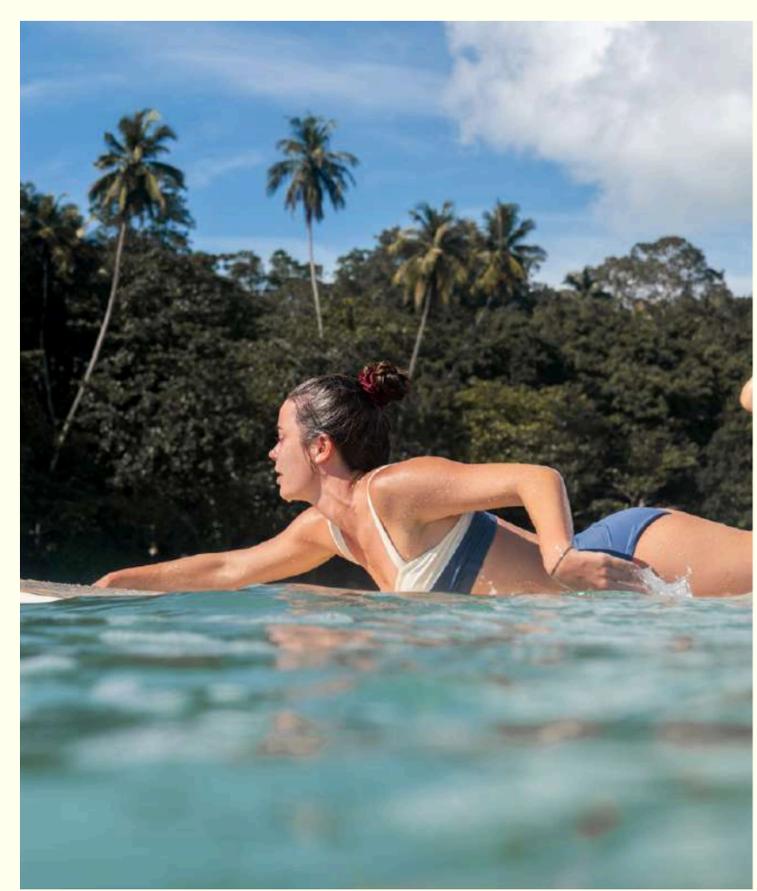
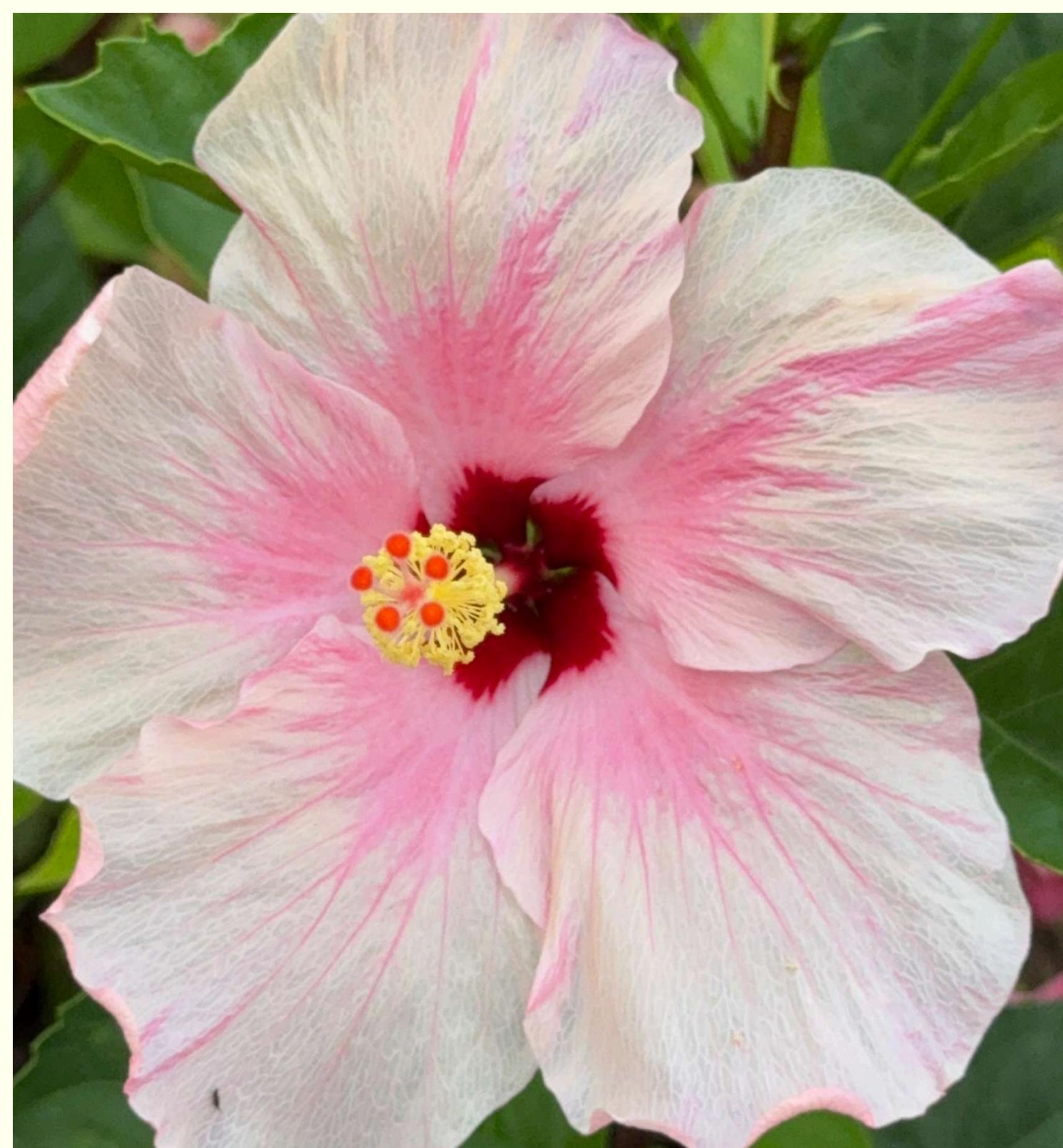
Elena Brotons

“Soy Elena, me encanta viajar y dejarme llevar. El yoga me ha ayudado a autoconocerme y a tomar decisiones más conscientes, por eso decidí embarcarme en esta aventura con Aida. Tengo mil ganas de que compartamos esta experiencia!”

Aida Giner

“Soy Aida, me encantan las pequeñas cosas de la vida, el yoga, el surf y pasar tiempo de calidad con gente que quiero. Organizar retiros junto a Elena me hace muy feliz, y conoceros y vivir esta aventura juntxs, también. Espero que te guste el retiro que hemos preparado.”



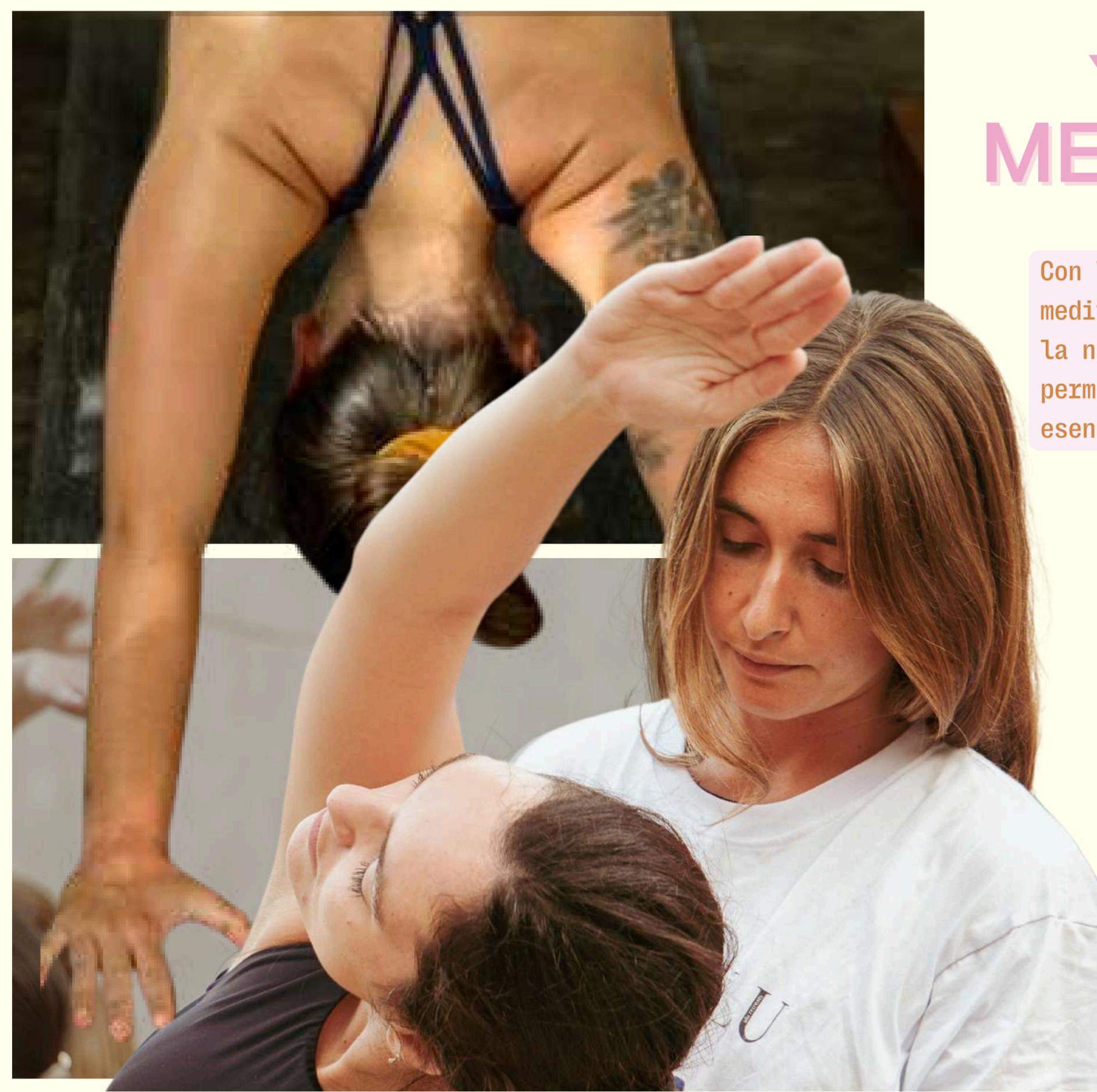


YOGA Y MEDITACIÓN

Con las prácticas diarias de Yoga y meditación conectarás contigo y con la naturaleza que nos rodea. Te permitirás un descanso y volver a lo esencial.

MEDITACIONES GUIADAS
YOGA DIARIO
YIN YOGA
JOURNALING DIARIO
AJUSTES FÍSICOS

Con Aida y Elena, profesoras certificadas y con gran experiencia en el sector



SURF EN SRI LANKA

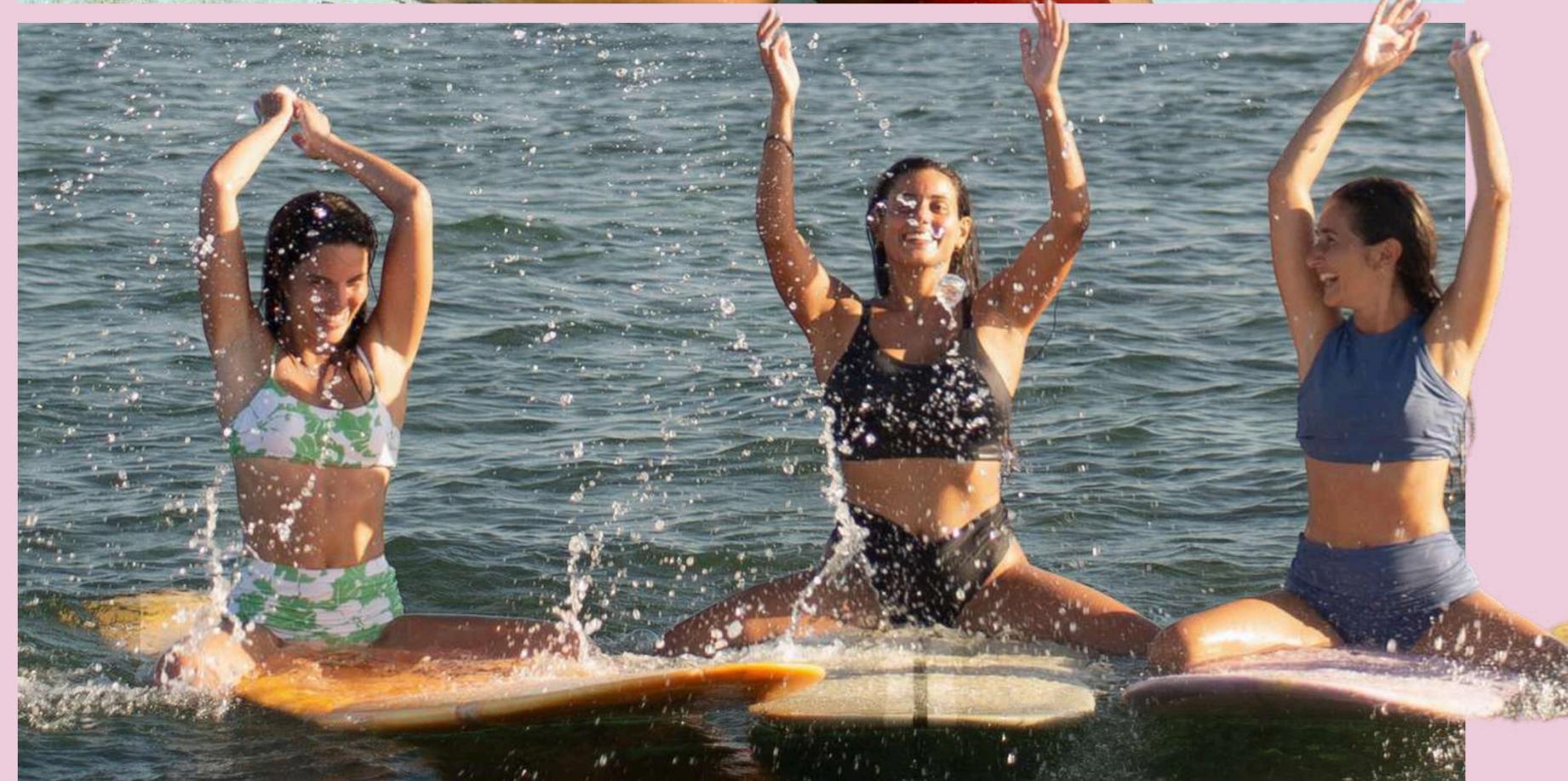
| 3 sesiones de surf |

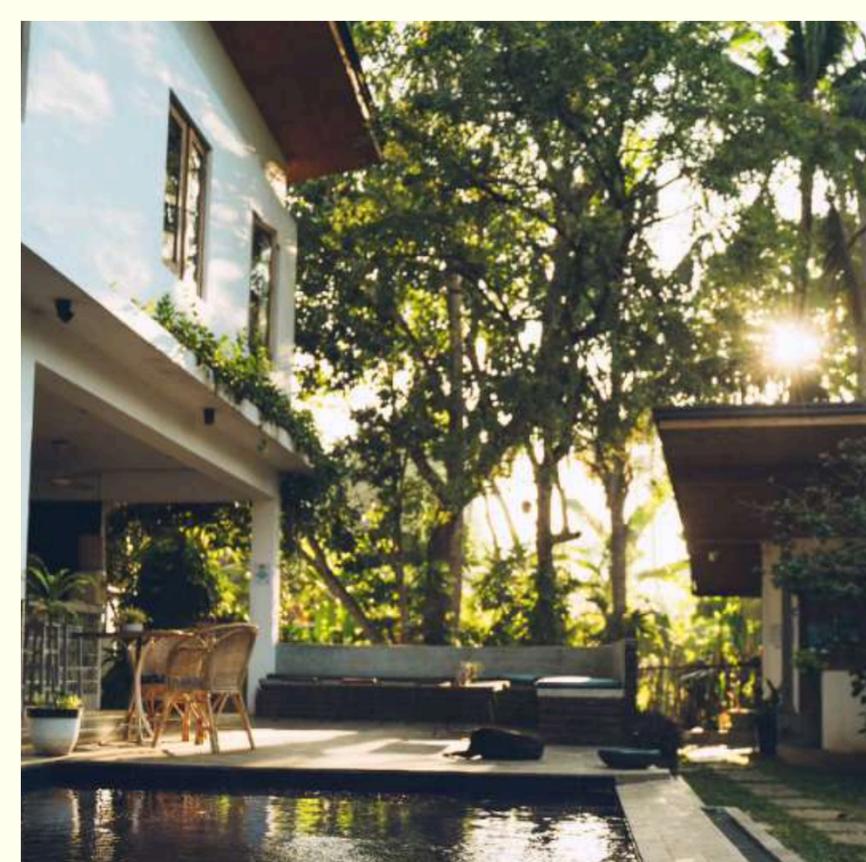
Hiriketiya es una bahía donde entra una ola pequeña ideal tanto para aprender a surfear como para mejorar!

CLASES PARA TODOS LOS NIVELES.

+ Profesor y material incluidos

+ Apto incluso si nunca has surfado





ALOJAMIENTO:

SALT HOUSE

Situada en el centro de Hiriketiya nos alojaremos en esta casita perfecta para estar en contacto con la naturaleza de Sri Lanka.

El hotel cuenta con una sala donde practicaremos nuestras clases de barre con vistas a las palmeras que te harán desconectar y conectar contigo.

TIPOS DE HABITACIONES:

HAB. DOBLE

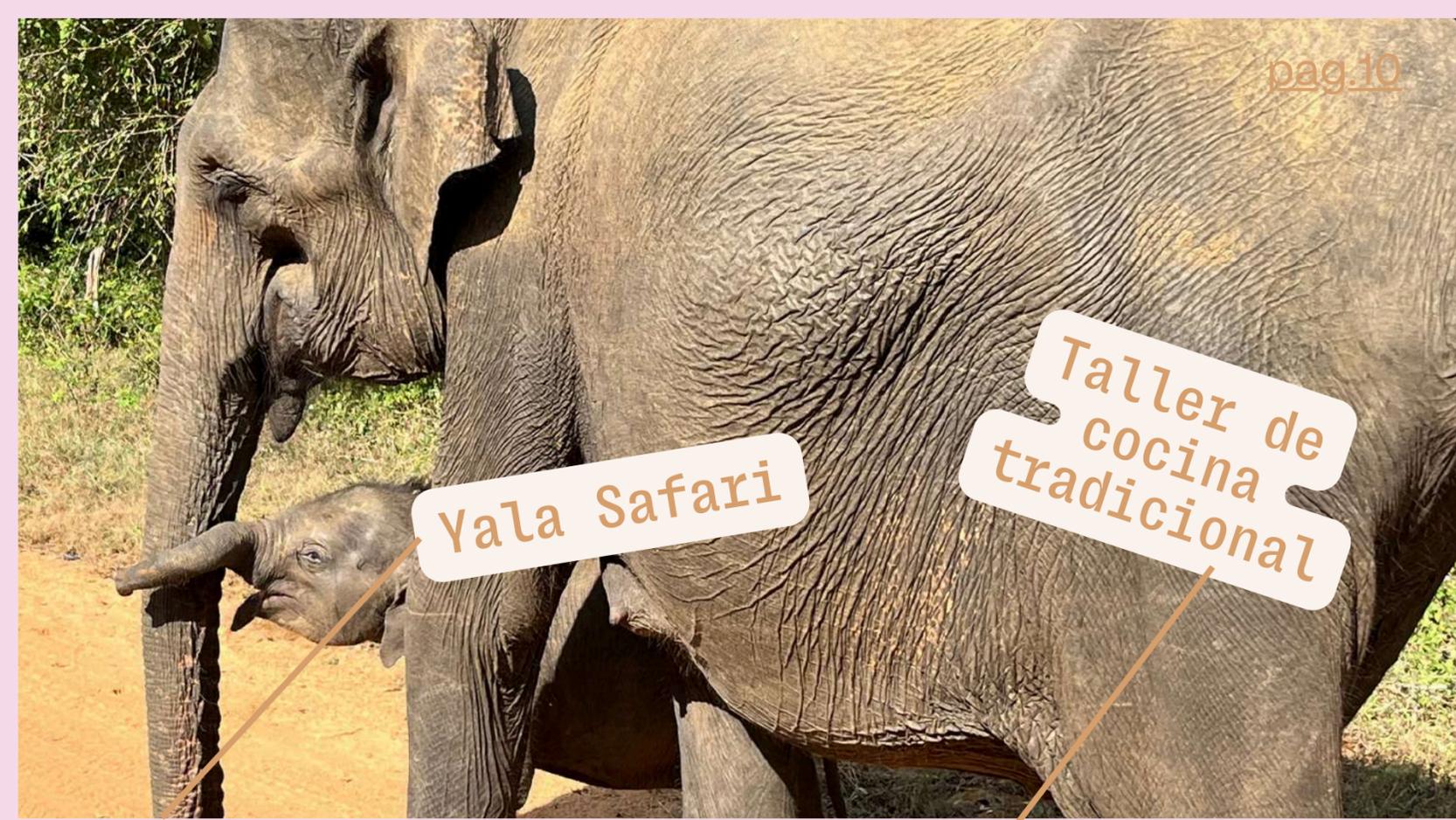


HAB. LITERAS (4)



EXPLORA LA ISLA

Visitaremos los lugares más bonitos de Hiriketiya y alrededores, para que descubras su cultura y naturaleza.



Yala Safari

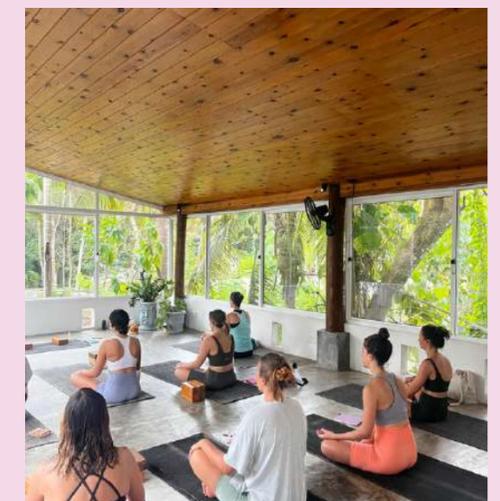
Taller de cocina tradicional



Playas

Monasterios budistas

Visitaremos el Yala Safari, donde podremos ver todo tipo de animales, iremos a playas paradisíacas y haremos un taller de cocina tradicional, entre otras cosas..



IHORARIO DEL RETIROI

<p>Lunes 1</p> <p>17:00 Círculo de Bienvenida Meditación</p> <p>19:30 Cena de Bienvenida</p>	<p>Martes 2</p> <p>8:00 Surf 10:30 Desayuno</p> <p>13:00 Yoga y journaling 14:15 Comida</p> <p>Playa</p> <p>17:30 Sunset en la playa 19:30 Cena 20:30 Relajación</p>	<p>Miércoles 3</p> <p>9:00 Yoga y journaling 10:00 Desayuno</p> <p>Yala Safari</p> <p>19:30 Cena</p>	<p>Jueves 4</p> <p>8:00 Surf 10:30 Desayuno</p> <p>13:00 Yoga y journaling 14:15 Comida</p> <p>16:00 Visita monasterio budista</p> <p>17:30 Sunset en la playa 19:30 Cena 20:30 Relajación</p>
<p>Viernes 5</p> <p>9:00 Yoga y journaling 10:00 Desayuno</p> <p>Taller cocina tradicional</p> <p>19:30 Cena 20:30 Noche de peli</p>	<p>Sábado 6</p> <p>8:00 Surf 10:30 Desayuno</p> <p>13:00 Yoga y journaling 14:15 Comida</p> <p>Playa</p> <p>17:30 Sunset en la playa 19:30 Cena 20:30 Relajación</p>	<p>Domingo 7</p> <p>9:00 Desayuno 10:00 Meditación 11:00 Círculo de Despedida</p>	

* Horario orientativo, sujeto a cambios. Es solo para que te hagas una idea de cómo va a ser el retiro





¿QUÉ INCLUYE?

- 6 noches
- 2 comidas al día
- Clases diarias de yoga con Aida y Elena
- Taller de cocina tradicional
- 3 clases de surf
- Yala Safari
- Visita a monasterios budistas
- Explorar la isla
- Tote Bag de ULU
- Regalos de bienvenida
- Y mucho más...

NO INCLUYE

Vuelos ni traslados (pero os ayudamos a organizar el transfer del aeropuerto al hotel)



PRECIOS

¡Aún estás a tiempo!

200€ de descuento
para los 5 primeros

HAB. DOBLE



~~1500€~~

por persona

1300€

las primeras 5
personas en apuntarse

HAB. LITERAS (4)



~~1300€~~

por persona

1100€

las primeras 5
personas en apuntarse



VUESTRAS PALABRAS...

“Las dos tenéis una luz muy especial y me ha encantado poder llevarme conmigo una parte de vosotras. Tan distintas pero igual de mágicas. Gracias por hacernos sentir desde el primer momento en casa. Era la primera vez que viajaba sola, la primera vez que iba a un retiro y la primera que hacía surf, y no me cabe duda que es la primera de muchas!” M.G.

“Es el primer retiro al que voy, pero como os dije en el círculo de despedida las expectativas se superaron de sobra. Habéis hecho que nos sintamos super cómodas. Las clases de yoga me han encantado, sinceramente el completo de la semana fue genial” A.L.

“La mejor decisión fue hacer mi primer retiro con vosotras. Fueron días mágicos, donde aprendí muchísimo de mi mismo. Tenía miedo a ir solo, pero acabé conociendo gente maravillosa! ¡Totalmente recomendable! P.S.



HACER LA RESERVA

Reserva: 600€

Por Bizum o transferencia.

Escríbenos por WhatsApp para hacer la reserva.

2o pago - Primer día del retiro en efectivo

Si tienes cualquier duda o
quieres reservar escríbenos:

aidagineryoga@gmail.com

WhatsApp: +34 637886830

elenabrotons@live.com

WhatsApp: +34 647313772

Política de cancelación:

En caso de cancelar con menos de 1 mes de antelación, será necesario abonar la totalidad del costo del retiro || Si la cancelación se realiza con al menos 3 meses de antelación, se reembolsará el 50% del monto abonado por la reserva.

Estas condiciones aplican para garantizar la correcta organización y logística del retiro.



SEGURO DE VIAJE

Queremos asegurarnos de que tu experiencia durante el retiro sea perfecta y sin preocupaciones. Por ello, te recomendamos considerar la contratación de un seguro de viaje. Aunque no está incluido en el precio del retiro, es una inversión adicional que puede marcar la diferencia.

Viajar con un seguro te brinda tranquilidad, permitiéndote disfrutar al máximo de esta experiencia transformadora, sabiendo que estás protegido ante cualquier eventualidad.

Cuando quede menos y creemos el grupo con todas os pasaremos un código de descuento a través del cual podrás contratar el seguro que más se adapte a tí.



SP / WW

WOW

YOGA

RETREATS

SURF

A Journey of (re)Connection

Elena y Aida