

Retiros de Mindfulness en silencio

Una gran oportunidad de profundizar en la práctica de Mindfulness, Conciencia Plena, con meditación, movimiento consciente - que incluye la práctica de Qi Gong - y silencio, en un entorno magnífico e ideal para ello.

Retiro de 2 días del 30/11 al 2/12

Dirigido especialmente a aquellas personas que ya hayan realizado algún curso o programa de Mindfulness de 8 semanas o equivalente (MBSR, MBCT, MBCM, Respiravida) o formación equivalente y tengan ganas de seguir avanzando en la práctica.

125€ *

* Para pagos efectuados antes del 16 de septiembre. Después de la fecha 150€

* Alojamiento 120€



HORARIOS:

Entrada Viernes 30 Noviembre a las 18h

Salida Domingo 2 Diciembre después de la comida

ALOJAMIENTO: Precio: 120€

Incluye

- Habitación individual con baño
- Regimen de pensión completa
- Comida vegetariana

LUGAR: Casa Espiritualitat Santa Elena
17246 Solius (Girona) Teléfono: 972 837 021

- Las plazas son limitadas y se requiere un grupo mínimo para poder realizarse.
- Las inscripciones se tratarán por orden de recepción y deberán formalizarse mandando el formulario de inscripción (www.conplenaconciencia.com) y el pago parcial de 100€ mediante una transferencia bancaria a la cuenta: ES64 2100 5046 1401 0013 9790. Indicando: NOMBRE Y APELLIDO, RETIRO 5 DÍAS. 1er pago 75€ antes del 30/10/18 - 2º pago resto antes del 15/10/18 (Incluyendo el alojamiento)
- Fecha límite de inscripción 31 /10 / 2018
- En caso de anular la inscripción antes de la fecha límite solo se reembolsará el 50% del total pagado.

Instructor Mindfulness: CARLES RUIZ-FELTRER
Maestro (Sifu) Qi Gong: DAVID CURTO

ORGANIZA

cpc
con plena conciencia

PLAZAS
LIMITADAS

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES:

info@conplenaconciencia.com Teléfono: 615 932 457