

FINCA SERENA
YOGA
RETREAT



FINCA
SERENA

MALLORCA

Septiembre: 21 al 24



NUESTRO RETIRO



FINCA SERENA YOGA RETREAT

Puede ser difícil encontrar la paz y crear un buen equilibrio en la vida cotidiana, por ello, únete a la experiencia y apúntate a nuestro retiro de 4 días y 3 noches de bienestar y calma interior. Construido sobre un concepto holístico total: corazón, cuerpo y alma. La ubicación privilegiada de Finca Serena en Mallorca constituye el entorno perfecto para la práctica de yoga,

para conectar con la respiración y disfrutar de la naturaleza. Aprenderemos a escuchar el cuerpo, la mente, y a nutrirlos de una manera integral y profunda. Una experiencia única para reconectar con tu yo más esencial. Un retiro para todos los niveles de la mano de Claudia Arias. Días para relajarse. Tiempo para ti.

BENEFICIOS



Gana FLEXIBILIDAD

Aumenta la FUERZA y el tono muscular

Aumenta tu ENERGÍA

Mejora la POSTURA y el EQUILIBRIO

DESCONEXIÓN y TIEMPO para ti

CLAUDIA ARIAS



“Un viaje de mil millas comienza con un paso”

Soy Claudia Arias, profesora de Yoga y Acroyoga. Con los años he ido complementando viajes y formaciones que han llevado mi práctica a evolucionar a nivel físico, mental y espiritual. Defino mi propio estilo de Yoga como una mezcla de lo mejor de cada disciplina, con una correcta alineación en las posturas, fluyendo con creatividad y observando cómo el cuerpo y la mente llegan a unirse.

Aunque durante todo el retiro os acompañaré con prácticas de distintos estilos de Yoga, con el que más vibro es con Dharma Yoga, una práctica en la que te entregas y ofreces profundamente toda tu energía y tu SER.

Me gusta que una parte de las clases vaya dedicada siempre a la reflexión, de forma que logremos encontrar las herramientas necesarias para practicar fuera de la esterilla, en nuestro día a día.

Los pasos del Yoga están diseñados para vivirlos, experimentarlos y sentirlos... yo no puedo explicarlos. Cuando lo hagamos, empezaremos a dejar que la vida nos guíe y la magia aparecerá.

Feliz de poder compartir todo esto con vosotros.

IDIOMAS

Bilingüe (Inglés/Español)

FECHAS

Septiembre: 21 al 24

PRECIO

1 pax: 1250€

2 pax: 1850€

Check in: 15pm

Check Out: 12pm



INCLUYE

- Alojamiento en habitación doble para 3 noches.
- Bebida de Bienvenida.
- Yoga Welcome Pack.
- Mini bar con snacks y bebidas saludables.
- Pensión completa siguiendo nuestra alimentación a base de productos de temporada y de proximidad. Menú equilibrado y mayoritariamente vegetariano (opción para veganos, celíacos y otras intolerancias). Bebidas incluidas durante las comidas.
- 6 clases de yoga – unas más energizantes por la mañana de Vinyasa Yoga y unas más restaurativas por la tarde.
- 1 sesión de meditación.
- Acceso a Único Spa (Sauna, Hammam, Piscina climatizada y sala Fitness by Technogym)
- Un masaje energético de chakras para mejorar tu salud física, emocional, mental y espiritual (uno por persona).
- Caminata consciente.
- Posibilidad de adquirir productos Natura Bissé con interesantes ventajas.
- Material para las actividades (esterillas, cinturones y blocks).

COMPLETE SU EXPERIENCIA



ACTIVIDADES

- Personal Trainer*
- Alquiler de Bicicletas*
- 8 km de rutas para pasear o correr en la finca
- Cata de aceites*
- Visita a huertos con nuestro chef
- Visitas botánicas en la finca*
- Picnic en los viñedos*
- Observación de estrellas
- Petanca
- Spa con piscina climatizada, sauna y hammam.
- Greenfees con ventajas exclusivas en los mejores campos de Golf de la isla.

*Bajo demanda – coste Extra

VISITE LA ZONA



QUÉ VER

- Visita Poblado Arqueológico de Son Fornés*
- Excursión guiada en bicicleta*
- Observación de aves en s'Albufera
- Playas y calas
- Tramuntana UNESCO Heritage

*Bajo demanda – coste Extra



F I N C A
S E R E N A

MALLORCA

fincaserenamallorca.com

(+34) 971 18 17 58

info@fincaserenamallorca.com

SMALL
LUXURY
HOTELS
OF THE WORLD



A MEMBER OF
unicohotels.com