

RETIRO ERA D'AQUARI" EL SENDERO DE LA GRATITUD"

Del 28 al 30 de Noviembre de 2025



VIERNES 28 DE NOVIEMBRE

- 17:00h **Recepción y Acogida**
- 18:00h a 18:30h **Bienvenida y Presentación** · Equipo Era
- 18:30h a 21:00h **El Tejido de la Tribu** · Equipo Era
- **Espacio de Apreciación y Gratitud** · Patricia
- **La Carta del Rencor y el Agradecimiento** · Patricia
- 21:00h a 22:00h **Cena**
- 22:15h **Ceremonia de Fuego** · Equipo Era

SÁBADO 29 DE NOVIEMBRE

- 08:30h a 09:30h **Pilates de Gratitud "Movimiento consciente para honrar tu cuerpo"** · Mati
- 09:30h a 10:30h **Desayuno**
- 10:45h a 12:45h **Caminata de Presencia y Plenitud** · Equipo Era
- 13:00h a 14:15h **Intensi "Los Pases Mágicos Chamánicos"** · Patricia
- 14:30h **Comida**
- 15:00h a 17:30h **Terapia 20 € /30 min.** (Reiki, Masaje Piedras Calientes, Masaje, Sanación Pleyadiana) · Mar/ Carol/Miguel/ Patricia
- 17:30h a 19:45h **Sesión Corporal Psico-Emocional "BIO ENERGÍA" + Caricias de Gratitud** · Miguel y Patricia
- 19:45h a 20:45h **Circulo de Silencio** · Patricia
- 21:00 a 22:00 **Cena**
- 22:15h a 23: 00h **Aliento Sagrado "Respiración y Ho'oponopono"** · Miguel
- 23:00h **Cantos Meditativos para un descanso profundo**

DOMINGO 30 DE NOVIEMBRE

- 08:30h a 09:30h **Sesión de Yoga Esencial** · Edi
- 09:30h a 10:30h **Desayuno**
- 10:45h a 12:15h **Ikigai Cuántico "Propósito, Poder y Creación Consciente"** · Carol
- 12:30 a 14:30h **Ritual de Cacao** · Patricia y Miguel
- 14:30h **Comida**
- 17:00h **Ofrenda** · Equipo Era
- 17:30h **Cierre y Despedida**

EL PROGRAMA PUEDE ESTAR SUJETO A CAMBIOS SEGÚN LA METEOROLOGÍA

RESERVA YA · info@eradaquari.es 619 878 062