

Seis días siguiendo el curso del sol

Del 17 al 22 de diciembre, con un día extra el 23 para subir a Arunachala. Amanecer 6:30 · Atardecer 17:50.

Jueves 17

LLEGADA

15:30

- Círculo de bienvenida

SSL Team

17:30

- * Sungazing al atardecer

Cena

19:00

20:30

- Kirtan

Lucas Spirit

Viernes 18

06:00

- * Sungazing al amanecer

Desayuno

08:00

09:30

- Chi kung

Sascha

11:30

- Vinyasa + Embodiment Yoga

Marta Carrascal

13:00

Comida

15:30

- El arte del Kolam

Jarnahom

17:30

- * Sungazing al atardecer

Cena

19:00

20:30

- Voz creativa

Lola

Sábado 19

06:00

- * Sungazing al amanecer

Desayuno

08:00

09:30

- Risa incondicional

Marnix

11:30

- Descanso en una pausa sagrada / Hatha Yoga

Sudha

13:00

Comida

15:30

- Shaktipat

Sri Ammani

17:30

- * Sungazing al atardecer

Cena

19:00

20:30

- Kirtan

Domingo 20

06:00

- * Sungazing al amanecer

Desayuno

08:00

09:30

- El sonido de mi columna · movimiento somático y danza

Isabel Domínguez

11:30

- Iniciación a la Respiración Holotrópica

Lola

13:00

Comida

15:30

- Satsang

Werner Meier

17:30

- * Sungazing al atardecer

Cena

19:00

20:30

- Meditación y baño de sonido

Anna

Lunes 21

06:00

- * Sungazing al amanecer

Desayuno

08:00

09:30

- Constelaciones Familiares Autorreferenciales

María Martínez

11:30

- Hatha Yoga

Venkatesh

13:00

Comida

15:30

- Yoga del Perdón: paz dentro, paz fuera / Satsang

Prof. Sehdev Kumar

17:30

- * Sungazing al atardecer

Cena

19:00

20:30

- Kirtan

Karol & Kati

Martes 22

SOLSTICIO · 02:20 H (INDIA)

06:00

- * Sungazing al amanecer

Desayuno

08:00

09:30

- Círculo Sagrado de Cierre

Comida

13:00

18:30

- Visita al orfanato

Miércoles 23

EXTRAS

06:30

- * Sungazing en Arunachala

Mañana

- Meditación en las cuevas

Tarde

- Luna llena