

# Retiro de Meditación, Yoga y Ayurveda en la Naturaleza

## RASAYANA

DESCANSO, REJUVENECIMIENTO Y BIENESTAR



CON ALICIA FRENKEL Y DRA. LAURA COLOMBO

28, 29 Y 30

de Octubre

Delta del Paraná

INFO E INSCRIPCIONES:

[info@aureacenter.com.ar](mailto:info@aureacenter.com.ar)

[dra.laura.colombo@gmail.com](mailto:dra.laura.colombo@gmail.com)

*Rasayana en Medicina Ayurvédica, es una sustancia, un nutriente, una planta, un hábito que incorporamos, para nutrir y rejuvenecer los tejidos del cuerpo.*

*También se utilizan para mantener, mejorar o restaurar la salud,*

*Rasayana ayuda a establecer el balance de los tres dosas, los siete tejidos, y a equilibrar el cuerpo, la mente y el alma.*

Con mucha alegría anunciamos nuestro retiro de Meditación, Yoga y Ayurveda en el Delta del Paraná

Serán 2 días para sumergirnos en la naturaleza alejadas de nuestra cotidianeidad para aprender, practicar, abrir nuestros sentidos y nuestra percepción

Nos alojaremos en Aldea de Río, un complejo de cabañas en la 2da sección del Delta, en un entorno verde en plena primavera

Aldea de Rio es eco-lodge con confortables cabañas de madera rodeadas de árboles y con vista al río.

En las 13 hectáreas que cubren el terreno encontraremos humedales, bosques y más de 300 metros de costa de río; todo atravesado por largos senderos, un abundante mundo vegetal, aves y fauna de la zona.

La alimentación será vegetariana, abundante y casera, con verduras y frutas de la huerta propia y de productores de la zona

Cuenta también con una hermosa sala para nuestras prácticas



La propuesta es para un grupo de alrededor de 10 personas que se sientan convocadas a compartir un fin de semana recibiendo:

- ★ Clases de Medicina Ayurveda
- ★ Prácticas de Yoga, Meditación
- ★ Canto de Mantras
- ★ Caminatas en silencio
- ★ Comida vegetariana
- ★ Descanso y Contemplación

Al ser un grupo reducido te pedimos que confirmes tu participación lo antes posible

El valor completo es de **\$60000** y ofrecemos un 10% de descuento por la inscripción hasta el 6 de octubre

Se reserva con un 30% del valor, otro 30% los primeros días de octubre y el saldo antes del retiro

Incluye:

Estadía en cabaña compartida de 2 personas

Desayuno, almuerzo y cena

Clases de Ayurveda

Clases de Yoga,

Clases de meditación y canto de mantras

No incluye: el traslado en lancha taxi

Te esperamos !!!!

ALi 🌻 y Dra. Laura 🌸

**Dra. María Laura Colombo ( Médica)**

Esp. en Clínica Médica (GCBA;Ministerio de Salud)  
Medicina Ayurveda (UBA-Gujarat Ayurved University,India)  
( AVP, Arya Vaidya Pharmacy, Coimbatore, India)  
Homeopatía (Fundación Médica Homeopática Vitalis)

### **Alicia Frenkel**

Fundadora de Áurea, centro de Yoga y Terapias corporales y de desarrollo personal;  
Practicante de Ashtanga Yoga ininterrumpidamente desde 2004;  
Enseña desde 2013 inspirada en Amrita Yoga y las enseñanzas de Amma;  
Formada en Yogaterapia, Ayurveda y Filosofía del Yoga