

Nombre: Yoga en el Refugio de Las Vegas

Tipo de Actividad: Bienestar

Edades: Mayores de 14 años

Zona: Potrerillos

Disponibilidad: Todos los Sabados

Duración: 8 hs

Horarios: de 10:00 a 20:00 hs

Incluye Traslados: opcional

Punto de Encuentro: Escudo Plaza Independencia

Cancelación: reprogramación con 24hs de anticipación

Máximo Reserva: 15

Mínimo Reserva: 1

Idiomas: español

Riesgos: Por tu salud, en caso de: hiper o hipotensión arterial, cirugías recientes, obesidad, diabetes o embarazo; consulta tiempo de permanencia recomendado para la altura.

Clima: se suspende por lluvia.

Incluye: traslado – Terapia de Yoga - Terapia de Gong- agua

Excluye: almuerzo – media tarde

No Olvidar: ropa de abrigo y comoda – manta – protector solar-gafas- gorra.

Descripción: Una tarde de relax corporal y vibracional en medio de la pre cordillera de Los Andes. Luego de unas horas de disfrutar el paisaje de nuestra cordillera, de sentir los beneficios del aire puro, podrán ser parte de un Baño de Gong y y una hora y media de Yoga, cuencos tibetanos en el que buscaremos lograr armonía física, mental, emocional y energética.

Itinerario:

- Ingreso al al predio a las 14hs. Uso libre hasta las 17:00 hs
- Terapia vibracional en los jardines del Refugio en las Vegas a las 15:00hs. Duración 2 horas.
- No se puede permanecer en el predio una vez finalizada la terapia.
- Media tarde en Cacheuta. 18 hs.
- Regreso a la ciudad de Mendoza 19 hs.

