

YOGA

Vacaciones alternativas en el Pirineo

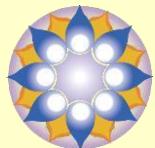
Retiro Yoga Verano 2026

Del 1 al 7 de Agosto



Valle de Ordino - Pirineo Andorra

Información e inscripciones:



DARSHANA
Escuela integrativa de Yoga

Conde Viñaza, 14 -50017 ZARAGOZA
Telf: 606 282 066
Correo-e: info@darshanayoga.es
www.darshanayoga.es



El Valle de Ordino, de gran belleza natural, está situado al noroeste de Andorra, el país de los Pirineos.

El retiro de Yoga se va a realizar en el Hotel Abba Ordino Babot a 1.600 m de altitud, en un emplazamiento único rodeado de naturaleza y con unas panorámicas excepcionales. Su ubicación, privilegiada por su entorno y clima fresco en verano, nos ofrece un paraje tranquilo y acogedor ideal para la práctica de Yoga, meditación, baños de bosque, rincones para relajarse, así como la posibilidad de disfrutar de agradables paseos y excursiones.



Un lugar donde la naturaleza abraza, la sombra de los árboles reconforta, la belleza de los paisajes deleita, la brisa acaricia con dulzura, el aroma del presente envuelve y el yoga se convierte en arte en movimiento naciente del Silencio.

Un oasis de paz donde poder adentrarte para renovar tus energías y reencontrar tu bienestar.

El retiro será impartido por:

**Gemma Vidal
Juan José Enrique**

*Profesores y Formadores de Yoga con más de 25 años de experiencia profesional y ofreciendo retiros en verano.
Psicólogos y psicoterapeutas.
Más info: www.darshanayoga.es*



El Hotel dispone de una sala amplia con ventilación natural frente a las montañas, piscina al aire libre y agradables jardines.

Andorra también nos pone a nuestro alcance los beneficios del agua termal en el balneario de Caldea.



El Yoga es una ciencia práctica originaria de India que nos acerca a un mayor equilibrio e integridad entre nuestra dimensión corporal, energética y mental.

A través de:

- *el movimiento consciente*
- *la biomecánica postural*
- *los diálogos con la respiración*
- *la eutonía y relajación*
- *así como la meditación...*



el Yoga potencia nuestra salud física y emocional armoniza el estado de ánimo y aumenta nuestra energía vital, permitiendo que el cuerpo y la mente alcancen una vivencia de bienestar, tranquilidad y serenidad.

Es también una puerta de entrada para el autoconocimiento y desarrollo de nuestro potencial interior, un camino de travesía personal.



Ofrecemos unas vacaciones alternativas y saludables en las que combinamos la práctica de Yoga con baños de bosque, excursiones por el Valle y tiempo libre para bañarse, leer, tomar el sol, pasear, descansar, contactar con la naturaleza y disfrutar de una armoniosa convivencia.

OM SHANTI OM

PROGRAMA orientativo

Día 1 de agosto

Recepción a partir de las 16:00h.
18:00 Presentación del curso y sesión de Yoga.
20:30 Cena

Del 2 al 6 de agosto

8:30	Pranayama – Meditación
9:15	Desayuno
11:00	Sesión de Yoga
13:00	Tiempo libre
14:00	Comida
18:15	Sesión de Yoga y/o talleres de relajación y meditación
20:30	Cena

Habrá una tarde libre (Balneario de Caldea, puente tibetano, ruta del hierro, lagos Tristaina...)

Los días que se realicen excursiones u otras actividades organizadas, se modificarán los horarios de las prácticas de Yoga.

Se entregará programa detallado el primer día de curso.

Día 7 de agosto

8:30	Desayuno
10:00	Sesión de Yoga
11:30	Clausura del curso



Participación (por persona):

Del 1 al 7 de agosto 2026

En PC (Pensión completa): 808 €

En MP (Media Pensión): 728 €

El precio incluye:

el curso de yoga y la estancia en habitación doble con baño

*Hotel Abba Ordino Babot***
Valle de Ordino- Pirineo Andorra*

Suplemento habitación individual:

+188 en PC / +168 en MP

PLAZAS LIMITADAS

Tasa turística Andorra no incluida:
1,57 € por persona/día

<https://www.abbahoteles.com>

Información e inscripciones:

Darshana Yoga Studio
Tf/whatsapp 606 282 066
info@darshanayoga.es



SE RECOMIENDA TRAER:

Ropa cómoda para la práctica, tapiz o esterilla de Yoga, cojín de meditación y calzado para senderismo.