

# YOGA

*Vacaciones alternativas en el Pirineo*

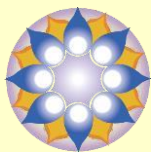
**Retiro Yoga Verano 2026**

*Del 1 al 7 de Agosto*



*Valle de Ordino - Pirineo Andorra*

**Información e inscripciones:**



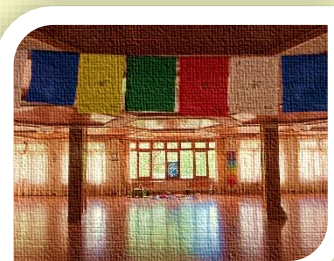
**DARSHANA**  
Escuela integrativa de Yoga

Conde Viñaza, 14 -50017 ZARAGOZA  
Telf: 606 282 066  
Correo-e: [info@darshanayoga.es](mailto:info@darshanayoga.es)  
[www.darshanayoga.es](http://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.*



*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.*

*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](http://www.darshanayoga.es)*



*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

*Habrà 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](mailto:info@darshanayoga.es)**



## SE RECOMIENDA TRAER:

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