

# RESPIRA

## *Mamá*

Este mes de la Madre regálale un fin de semana para ella, para que se cuide, se escuche, se mueva, cree y respire.

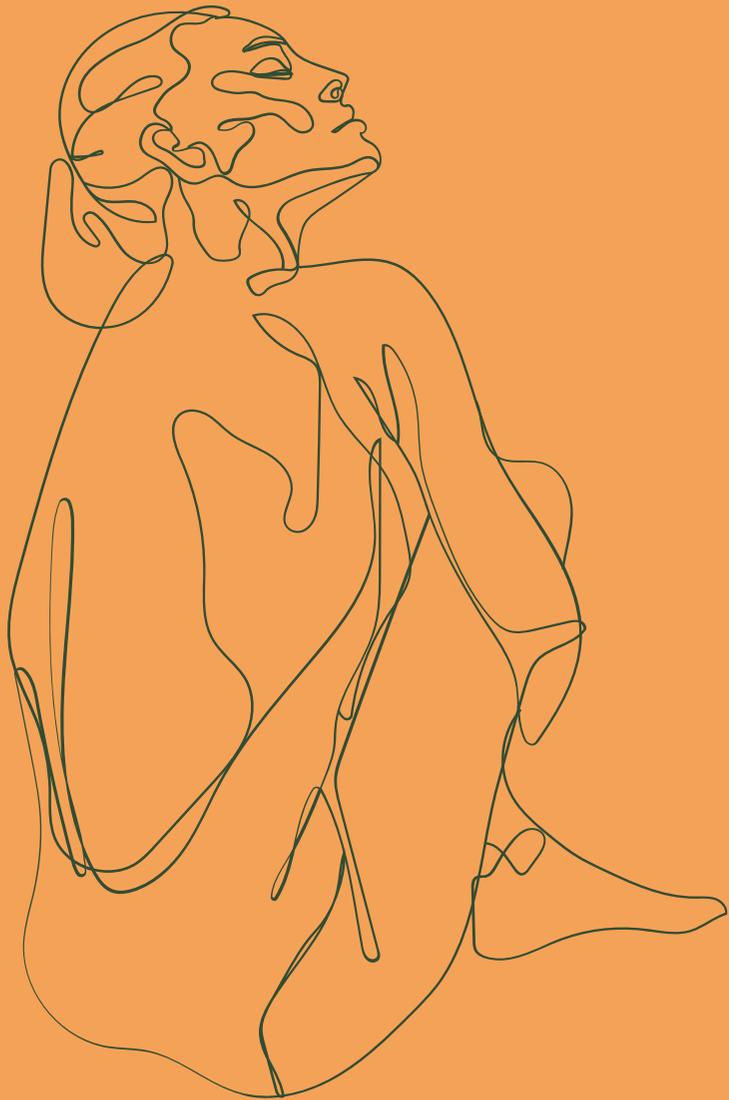
*Respira, Mamá* será un retiro para honrar su camino, su cuerpo, su tiempo y reconectar con su alma.

Mayo 24 y 25

Hotel Villa San Francisco  
San Antonio del Tequendama



# experiencia



El retiro *Respira Mamá* es una experiencia creada para que las madres puedan conectarse con otras mujeres, descansar entre los sonidos de las quebradas, crear con sus manos, y reencontrarse con su esencia.

Se hospedarán en acogedoras cabañas, tendrán una alimentación saludable y realizarán actividades como yoga, talleres creativos con plantas, y mucha paz.

# facilitadoras



Alejandra Vargas Rojas

Fundadora y directora de Balance en Movimiento.  
Artista, educadora, instructora de yoga y  
entrenadora con más de 10 años de experiencia.  
Explora el movimiento como meditación a través de  
la danza, el yoga y el entrenamiento corporal. Su  
pasión es inspirar a otros a reconectarse con su  
cuerpo, la naturaleza y el presente.

# facilitadoras



Valentina Bocanegra Rico

Terapeuta de sonido y mamá. Acompaña procesos de sanación a través de la sonoterapia con cuencos tibetanos, facilitando espacios donde el cuerpo puede soltar tensiones, restaurarse y habitarse con amor. Sostiene espacios de transformación para que puedas sentir y reconectar con tu energía vital y honrar el camino que has recorrido cómo madre.



## Detalles

**Fecha:** 24 & 25 Mayo (2 días/1 noche)

**Lugar:** Villa San Francisco - San Antonio del Tequendama

**Inversión:** \$ 500.000

### ¿Qué incluye?

- Kit de bienvenida
- Caminata
- Taller de mandala vivo
- Cartas a una madre
- Sound healing
- Materiales
- Sesión de yoga
- Sesión de meditación y respiración

- Transporte ida y vuelta a Bogotá
- Alojamiento en habitación con acomodación triple y baño privado.
- 2 desayunos
- 2 almuerzos
- 2 refrigerios
- 1 cena
- Estación de bebidas
- Póliza de seguro

## TERMINOS Y CONDICIONES

Para asegurar tu cupo, es necesario realizar un abono del 50% del valor total del retiro.

Si realizas el pago completo antes del viernes 16 de mayo, recibirás un 15% de descuento sobre el valor total.

Puedes hacer tu pago a través de:

Nequi o Daviplata 318 860 1951

Cuenta Davivienda - Ahorros 0058 0051 8473

Una vez realices el abono o pago total, por favor envía el comprobante al número 318 8601951. Tras recibirlo, te enviaremos una invitación digital con toda la información del retiro.

Política de cancelación:

- Si cancelas tu participación antes del 16 de mayo, se hará la devolución total del dinero.
- Si cancelas después del 16 de mayo, no se hará devolución total ni parcial, ya que el cupo y los gastos logísticos ya estarán comprometidos.



Este es tu momento.

Tu cuerpo, tu alma y tu corazón te están esperando.  
Una invitación amorosa a volver a ti, a honrar todo lo que  
eres y todo lo que das.

# RESPIRA

*madura*

Aquí floreces tú.

