

retiro Antahkaraṇa

florecer de la mente

13-14-15 JUNIO 2025

BIOSFERA ECOLODGE

ARVIND SINGH GUSAIN & FIORE COSIGNANI

Antaḥkaraṇa: corazon|interno|causal|puente

propósito del retiro

Proporcionar a l@s participantes un encuentro amoroso con sus mentes, aprender a conocer sus mentes, de qué manera opera, cómo recargarla, calmarla o lo que sea que necesites. A través de la teoría y la práctica con filosofía yogī sobre la mente, prácticas yogī: āsana, yoga nidra, técnicas meditativas, canto de mantras y más.

contenidos:

Qué es la mente: 4 facultades, funciones de la mente.

El trabajo de la mente: Sankalpa /Vikalpa

3 Estados de la mente

3 Naturalezas de la Mente

técnicas meditativas

āsana | prāṇāyāma | mantra | contacto con la naturaleza
y mucho más

programa:

VIERNES 13 JUNIO:

16:00 HRS: CHECK IN

17:30: BIENVENIDA | POOJA | PRESENTACIÓN| REGALOS

7:30: CENA

8:30 YOGA NIDRA

*algunos horarios o clases pueden modificarse de acuerdo a la necesidad o clima

SABADO 14 JUNIO:

8:00– 8:30 AM : MEDITACIÓN

8:40 – 10:00 AM: PRACTICA DE ASANA

10:00– 11:00 DESAYUNO

11:00 – 1:00: TALLER FILOSOFÍA DE LA MENTE

1:30 ALMUERZO

3:30: YOGA NIDRA

4:30: PRANAYAMA

TIEMPO LIBRE

7:00 PM : CENA

8:00 PM: KIRTAN | MANTRAS

DOMINGO 15:

8:00 AM: MEDITACIÓN

9:00 DESAYUNO

10:00 TREKING

1:00 ALMUERZO

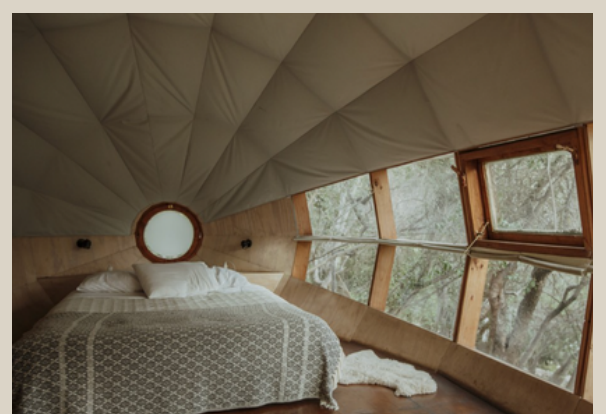
2:00 DESPEDIDA | REFLEXIONES

flore
yogini



sobre el lugar

BIOSFERA ECOLODGE:



BIOSFERA LODGE:

Domos pensados en los amantes del outdoor y lo natural. Duermes y despiertas rodeado de naturaleza nativa en la entrada al parque nacional La Campana. Cada habitación tiene su propio baño privado y están afuera de cada habitación a unos 6 o 7 metros. Cada domo cuenta con su ropa de cama y toallas. y también cuenta con un espacio apto para todas nuestras practicas

www.instagram.com/glamping_biosfera_lodge/

guias del retiro:



Arvind Gusain, uno de los dueños de Anadi Yoga Centre ®. Nacido y criado en Rishikesh, India. Comenzó a practicar a los 21 años, y desde ese momento ha seguido el camino del Yógico con verdadera devoción; introducido y guiado en este camino por su Guruji. Además ha estudiado astrología védica bajo la tutela de su maestro el Swami Maheshanand Ji.

Arvind posee un grado de maestría en la ciencia del Yoga obtenido en Sanskrit Gurukul Vishvavidyalay, Haridwar, India. Además ha completado sus 500 horas de formación y estudiando con grandes maestros Indios además de haber estudiado un curso intensivo de Ashtanga Vinyasa con el maestro Mathew Sweeney, prestigioso profesor australiano formado en Mysore, India. Arvind comparte las enseñanzas del yoga hace más de 10 años, además de hacerlo en Rishikesh ha vivido y enseñado en Tailandia.



Fiore Cosignani, artista que busca en cada una de sus creaciones que l@s participantes vivan una experiencia y aprendizaje significativo que aporte en sus vidas.

Actriz y pedagoga de profesión En 2016 deja Chile (su país natal) para explorar el mundo en busca de algo que en ese momento no sabía describir. Hasta que se encuentra con India, lugar al que siempre se refiere como un amor a segunda vista, lento pero seguro.

Desde hace 8 años reside la mayor parte del tiempo en Rishikesh, India. Aquí se ha formado en la compleja y profunda ciencia del Yoga, aprendiéndola desde su raíz y cultura de la mano de sus maestr@s, gurúes y familia India. Fundó junto a sus socios Indios su escuela de Formación de profesores de Yoga: Anadi yoga centre Español®

valor:

\$350.00 CLP (puedes pagarlo hasta en 3 cuotas)

incluye

2 noches y 3 días alojamiento Biosfera Losdge

Todas las comidas vegetarianas

Todas las actividades y clases

Entrada al parque la campana.

Regalos de los auspiciadores

no incluye

traslado a biosfera lodge

actividades extra (sauna, tinaja caliente, etc..)

comidas fuera del lugar del retiro

políticas:

Para reservar el cupo puedes pagar la primera cuota del valor total , o el valor completo del retiro.

El retiro debe quedar completamente pagado antes del 10 de Junio.

La reserva no es reembolsable, si cancelas el retiro un mes antes de este se te devuelve el 50% de lo que hayas abonado (sin incluir la reserva).

importante: todas las habitaciones son compartidas entre 2 o 3 personas y esto es aleatorio (por políticas del lugar). Si quieres compartir con alguien conocido para ti, no hay problema ,solo déjanos saber.

para preguntas: escribe al whatsapp +56966431933 (Javi)
o escanea el QR



para reservar el cupo debes hacer la transferencia en esta cuenta:

Nombre: Escuela de Yoga Nomade Fioreyogini

Rut: 77.366.532-K

N de cuenta: 000083523037

Banco de Chile - Cuenta Vista

Correo: Fioreyogini@gmail.com

