

A photograph of a person's hand and bare foot in a forest setting. The hand is resting on a dark surface, and the foot is stepping on the ground. The background is filled with green grass and foliage.

RETIRO EN CERCEDILLA,
SIERRA DE GUADARRAMA

31 de mayo

Rai Zen

**EXPRESIÓN CORPORAL, TALLER CREATIVO CON
PLANTAS, CAMINATAS POR LOS BOSQUES DE NUESTRA
SIERRA, YOGA Y MEDITACIÓN**

UN DÍA PARA TI

RAIZEN

Nuestro camino por la vida nos ha dejado una historia que contar.

También mucha fuerza y la capacidad de abrazarnos y sostenernos.

Somos Diana y Lucía. Hace años nos conocimos cuando nuestras vidas eran muy diferentes. Tras años de formaciones y vivencias juntas, de grandes transformaciones y aprendizajes vitales, ahora nos aventuramos de nuevo para traer esta experiencia, con lo más valioso que hemos ido cultivando en este tiempo.

RAIZEN

Una jornada para:

- **CELEBRAR(NOS),**
- **nutrir nuestras RAÍCES,**
- **mover nuestro CUERPO,**
- **expresarnos CREATIVAMENTE y**
- **abrazar nuestra AUTENTICIDAD.**

Con movimiento y expresión corporal, paseos por las montañas de nuestra sierra, picnic en la naturaleza, taller creativo con plantas, yoga, meditación y prácticas de autocuidado.

RAIZEN

¿Cuándo?

31 de mayo

9 a 19h



¿Dónde?

El espacio donde tendrá lugar el encuentro es en Estudio Naturarte, en Cercedilla, en plena Sierra de Guadarrama.

RAIZEN

APORTACIÓN:

Promoción: 50€ (Si te inscribes antes del 15 de mayo). Después el precio será 70€.

Reserva: 25€. **Anulación:** Hasta el 21 de mayo. Después se devuelven 10€.

Consulta el precio con comida incluida.

¿Qué incluye?

Todas las prácticas, los materiales de yoga, meditación y el de los talleres creativos.

RAIZEN

SI VIENES DE FUERA:

Puedes llegar a Cercedilla desde Madrid en Cercanías RENFE o autobús interurbano (líneas 684 desde Moncloa).

Para el alojamiento, puedes reservar en el Hostal la Maya, en pleno centro de Cercedilla y a escasos metros del estudio.



RAIZEN

Facilitan:

Lucía Suárez & Diana Lacunza

Diana · 606 830 573

Lucía · 676 602 845

