

2ª EDIÇÃO

YOGA NA FLORESTA

Com Camila Borges e Fernanda Freitas

5, 6 E 7 DE SETEMBRO



Serão 3 dias de imersão no Refúgio Mari Mari em Presidente Figueiredo, rodeados pela floresta, praticando Yoga, Qi Gong/Tai Chi, meditação silenciosa e sonora (Sound Healing)

Nesta edição, vamos trazer os ensinamentos e práticas dos saberes orientais para saúde e bem estar integral do ser!







Camila Borges, manauara, professora de Yoga, Capoeirista, Performer de Taiko e Herbalista. É graduada em Biotecnologia pela UFAM e teve seu coração transformado pelo Yoga em 2015 e, como instrutora, segue atuando há 9 anos em Manaus.

Possui formação em Tantra e Vinyasa Yoga, pelas escolas Ananda Marga Yoga School (54h), Shanti Yoga (240h) e Pequenos Yogis (150h).



Fernanda Freitas, manauara, terapeuta de Medicina Chinesa, Bióloga e Acupunturista. Realiza oficinas e práticas de Tai Chi Chuan/Qi Gong pelo Brasil desde 2019.



PROGRAMAÇÃO

DIA 1

05 DE SETEMBRO
(SEXTA-FEIRA)

9h - Chegada, Integração e Primeiras Conexões
13h - Almoço
14h - Tempo Livre
16h30 - Prática de Yoga
19h - Jantar
20h30 - Meditação e Roda de Conversa
22h - Descanso

DIA 2

06 DE SETEMBRO
(SÁBADO)

6h - Prática de Qi Gong/ Tai Chi
7h - Prática de Yoga
8h30 - Café da Manhã
10h - Trilha + Cachoeira
13h - Almoço
14h - Tempo Livre
19h - Jantar
20h30 - Meditação com Sound Healing na Lua Cheia e bate papo ao redor da fogueira
22h - Descanso

DIA 3

07 DE SETEMBRO
(DOMINGO)

6h - Prática de Qi Gong/ Tai Chi
7h - Prática de Yoga
8h30 - Café da Manhã
9h - Ritual de Despedida e Gratidão
10h30 - Check-out

INCLUSO:

- PRÁTICA DE YOGA E TAI CHI
- HOSPEDAGEM
- CAFÉ DA MANHÃ, ALMOÇO E JANTAR
- GUIA E TAXA DE ACESSO PARA O ATRATIVO/CACHOEIRA

NÃO INCLUI TRANSFER





INVESTIMENTO

QUARTO PRIVATIVO INDIVIDUAL:
R\$ 3.875 POR PESSOA

QUARTO PRIVATIVO DUPLO:
R\$ 3.325 POR PESSOA

QUARTO COMPARTILHADO TRIPLO:
R\$ 3.175 POR PESSOA

Valores do 1º Lote

Pagamento a vista no PIX (com 5% de desconto), débito ou cartão de crédito em até 12x (com acréscimo)



ATIVIDADES OPCIONAIS (SOB DEMANDA)

MASSAGEM TUI NA E VENTOSAS DE FOGO:

60 minutos por pessoa. Valor: R\$ 220.

ACUPUNTURA E MOXABUSTÃO

50 minutos por pessoa. Valor: R\$ 160.

MASSAGEM FACIAL COM GUA SHA:

Técnica Kobido, 50 minutos por pessoa. Valor: R\$ 180.

APLICAÇÃO DE AURICULOTERAPIA:

Valor: R\$ 60.

SESSÃO DE TERAPIA CHINESA COM DIFERENTES PRÁTICAS ACOMPANHADA POR SOUND HEALING:

50 minutos por pessoa. Valor: R\$ 260.

VISITA NA ARENA DO GALO-DA-SERRA

Trilha guiada para avistamento de uma das aves mais belas do mundo. Valor: R\$ 80 por pessoa.

Atividades realizadas nos
horários livres da imersão



VAGAS LIMITADAS

RESERVE EM NOSSO WHATSAPP

(92) 9 8630-2245

