



## Retiro de Fin de Año 2018 en La Tejana

### Sábado 29

Llegada a partir de las 11:00.  
Acomodación y familiarización con la casa y el entorno.

- 14:30: Comida. Tiempo para descanso.
- 17:00: Presentación del grupo.
- 18:00: Hatha yoga.
- 21:00: Cena.

### Domingo 30

- 8:45: Yoga.
- 10:00: Desayuno.
- 11:00: Visita a Teror. Mercadillo artesanal.
- 14:30: Comida. Tiempo para descanso.
- 18:00: Hatha yoga + Taller Yoga nidra.
- 21:00: Cena.

### Lunes 31

- 8:45: Yoga.
- 10:00: Desayuno.
- 11:00: Caminata por la Finca de Osorio.
- 14:30: Comida. Tiempo para descanso.
- 18:00: Hatha yoga.
- 20:00 - 01:00: Velada de fin de año.  
(Ritual y meditación: despedida de 2018.  
Cena especial y fiesta)

### Martes 1

- 10:00: Desayuno.
- 12:00: Yoga.
- 14:30: Comida.
- \* Despedida.

*Plazas limitadas*

**Precio: 290€** (Incluye: Alojamiento, pensión completa, actividades y seguro)

Para más información visita nuestra página web [www.latejana.es](http://www.latejana.es)