



RETIRO  
SIM  
BIO  
SIS

Aprender a conectar  
con los demás

DEL 10 MARZO AL 15 MARZO 2025  
PLAYA NEGRA, COSTA RICA

LO QUE VA A  
**APRENDER**

- Filosofía del yoga en palabras simples
- Secuencias de movilidad y flexibilidad
- Bases del surf
- Ejercicios de respiración
- Técnicas para usar aparatos aéreos
- Dinámicas de juego para conectar con los demás
- Herramientas para la comunicación asertiva
- Comprenderá el funcionamiento de la mente
- Journaling

DEL 10 MARZO AL 15 MARZO 2025

PLAYA NEGRA, COSTA RICA

ESTE RETIRO ES PARA

USTED

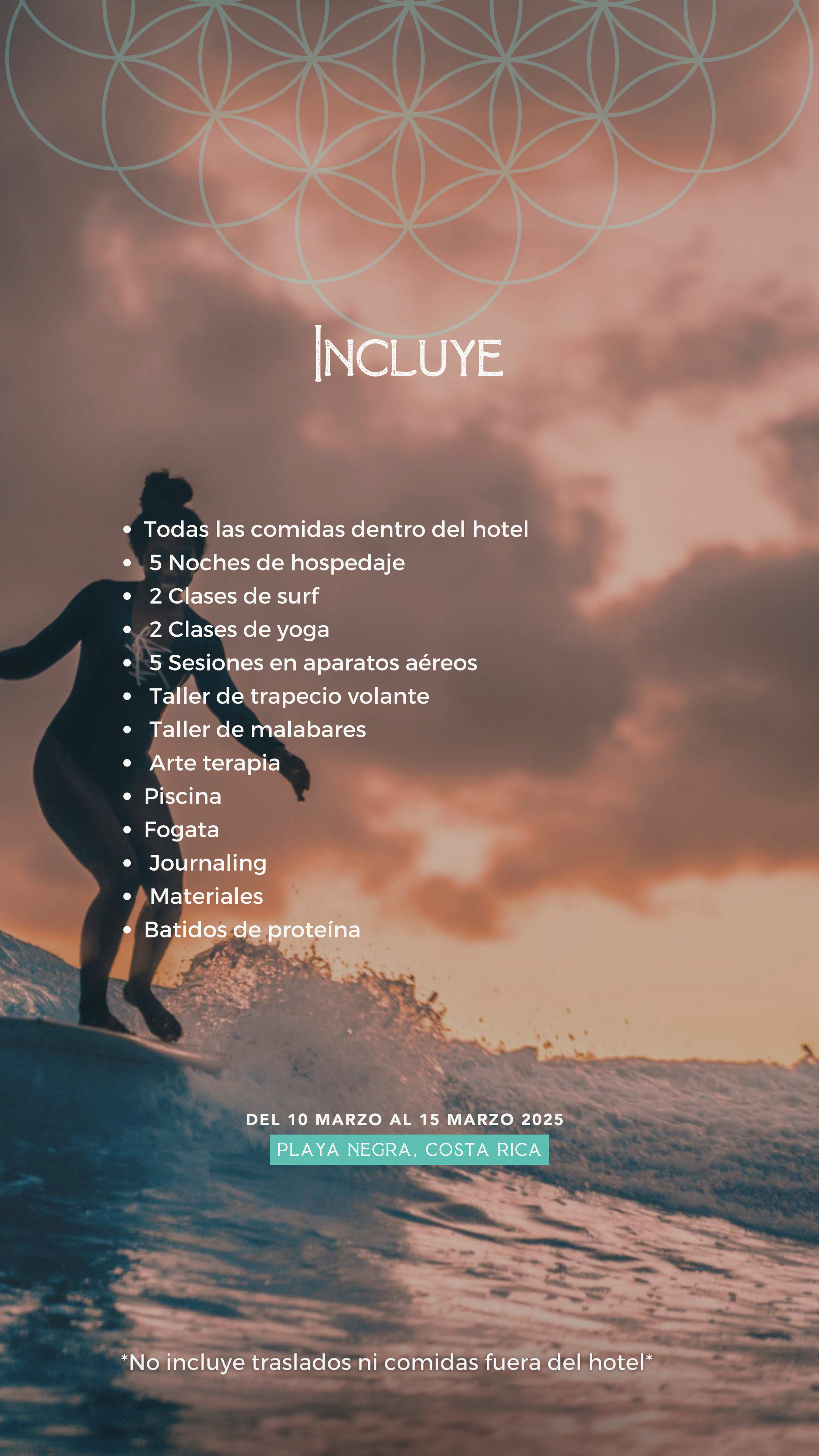
- Si tiene ganas de conocer gente nueva vibrando en la misma sintonía
- Si siente la necesidad de encontrar su propósito en el mundo
- Si tiene curiosidad por aprender sobre circo y surf
- Si está en búsqueda de espacios seguros de autodescubrimiento

DEL 10 MARZO AL 15 MARZO 2025

PLAYA NEGRA, COSTA RICA



# INCLUYE

- 
- Todas las comidas dentro del hotel
  - 5 Noches de hospedaje
  - 2 Clases de surf
  - 2 Clases de yoga
  - 5 Sesiones en aparatos aéreos
  - Taller de trapecio volante
  - Taller de malabares
  - Arte terapia
  - Piscina
  - Fogata
  - Journaling
  - Materiales
  - Batidos de proteína

DEL 10 MARZO AL 15 MARZO 2025

PLAYA NEGRA, COSTA RICA

\*No incluye traslados ni comidas fuera del hotel\*

DEL 10 MARZO AL 15 MARZO 2025

PLAYA NEGRA, COSTA RICA

CLASES DE SURF

DANZATERAPIA

FOGATA

ARTETERAPIA

TRAPECIO VOLANTE

YOGA

MALABARES

BUENA VIBRA

RETIRO  
SIM  
BIO  
SIS

Aprender a conectar  
con los demás



FOGATA



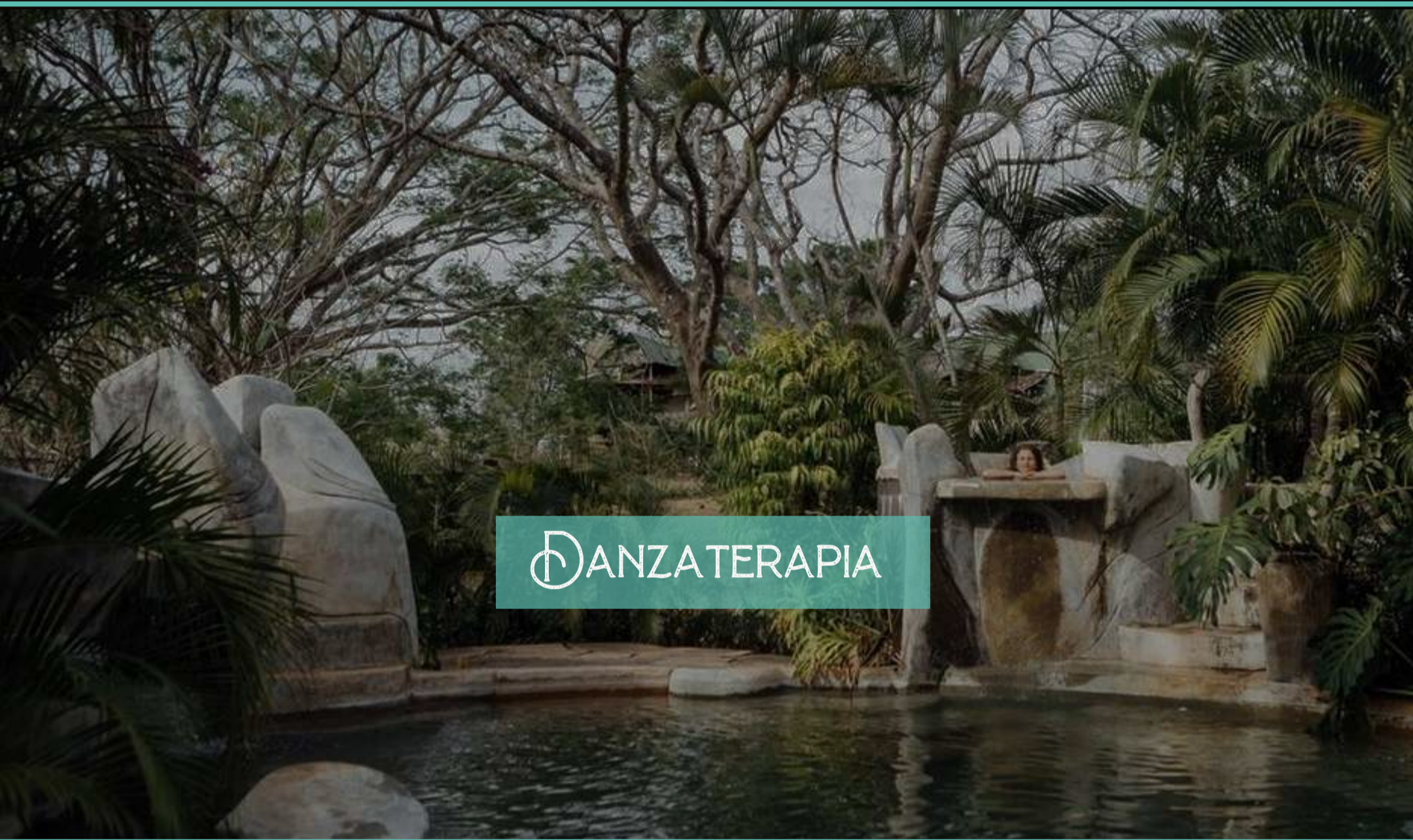
CHARLAS



PISCINA



MALABARES



DANZATERAPIA



YOGA



**PRECIO**  
POR PERSONA

**USD \$890**  
HABITACIÓN COMPARTIDA

**USD \$1330**  
HABITACIÓN PRIVADA

Cuenta en dólares BAC 955973987  
CR92010200009559739873  
Alexandra María Badilla Salas

**Reserva con \$350 antes del 1 de diciembre, 2024  
(No reembolsable, sí transferible)**

**Último pago a realizar el 31 de enero, 2025**

**CUPO LIMITADO**







LO QUE DEBE  
**TRAER**

- Bloqueador solar
- Ropa cómoda para ejercicio
- Repelente
- Botella de agua reutilizable
- Traje de baño para surfear
- Snacks
- Vestimenta blanca
- Pañito para sudor

DEL 10 MARZO AL 15 MARZO 2025

PLAYA NEGRA, COSTA RICA