



RETIRO COSTA BRAVA

del 3 al 5 de Julio

LOHODI
HOMES

BLUE BAMBOO



¿DÓNDE SERÁ?

En Diana, un pueblo de
L'empordá. Una zona rodeada
de naturaleza y silencio. Un
espacio para bajar
revoluciones, conectar contigo
y con el entorno.



¿Dónde nos alojaremos?

Nos alojaremos en Lohodi Homes, un pequeño oasis entre campos y naturaleza, a 20 minutos de Girona. Un espacio sereno, inspirado en la estética wabi-sabi, donde los materiales naturales, la luz mediterránea y el paso del tiempo crean una atmósfera cálida, honesta y acogedora.

Diana cuenta con:

- Varias casas y estudios en un espacio privado, rodeado de bosques y campos.
- Jardines abiertos y piscina con zona de descanso a la sombra.
- Espacios comunes pensados para el encuentro: el Yoga Deck, una tarima en plena naturaleza, con cortinas blancas que se mecen con la brisa y la luz suave del Empordà.
- El estudio wabi-sabi, con capacidad para hasta 20 personas, ideal para comidas, talleres y actividades.
- El espacio del fuego en los jardines, donde reunirse alrededor de las llamas y compartir charlas.
- Un lugar donde no hay que añadir nada.
- Solo llegar, respirar... y dejarse cuidar.

LOHODI
HOMES





PLANING

- Prácticas de Vinyasa Yoga multinivel con @bluebamboostudio, @teteyelyoga y @apetitodelalma (Teté Durán, Paula González y Daniela).
- Paseos meditativos por el entorno
- Excursión en Kayak por el Riu Ter
- Comida saludable y casera elaborada por @merimchef9
- Taller de astrología y ayurveda con @teteyelyoga
- Taller de cocina saludable con Cristina de @lohodihomes.
- Tiempos libres para descansar, leer, compartir o simplemente estar.

Una experiencia cuidada, cercana y profunda, pensada para regular el sistema nervioso, habitar el cuerpo y reconectar con lo esencial.



VIERNES

LLEGADA A DIANA

- **18.00H**
Check inn
- **19.00h**
Sesión de Yoga
- **21.00h**
Cena



SÁBADO

- **8.00h - 9.30 h**
Sesión de yoga y meditación
- **10.00h - 11.00h**
Brunch
- **12.00 - 14.00**
Excusión en Kayak
- **14.00- 16.00**
Comida Picnic
- **18.00**
Taller Astrología y Ayurveda
- **20.00**
Sesión de Yoga Restaurativo
- **21.00hh**
Cena



DOMINGO

- **8.00h - 9.30 h**
Sesión de yoga y meditación
- **10.00h - 11.00h**
Brunch
- **12.00 - 14.00**
Paseo consciente por la naturaleza
- **14.00- 16.00**
Taller de Comida Vegana
- **14.00- 16.00**
Check out, despedida



¿QUÉ INCLUYE?

VARIAS SESIONES DE YOGA Y
MEDITACIÓN DIARIAS
DESAYUNOS
CENAS
COMIDAS
TALLERES
EXCURSIÓN KAYAK

PRECIO

CASAS COMPARTIDA CON CAMAS
INDIVIDUALES
PRECIO : **650€**
PRECIO RESERVA: 300€ (EL RESTO SE
HARÁ UN MES ANTES)

EQUIPO

Paula
González
Yoga y Organización



Teté Durán

Yoga y Taller
Astrología y Ayurveda



Daniela
Yoga



María Rodas

Cocina



RESERVA

PARA RESERVAR UNA PLAZA HAY QUE ABONAR 300€
CONTACTANDO
POR TELÉFONO - +34 674321299
PAULA
EMAIL - HOLA@BLUENAMBOOSTUDIO.COM

POLÍTICA CANCELACIÓN

NO SE DEVOLVERÁ EL PAGO DE LA RESERVA EN
NINGÚN CASO.
30 DÍAS ANTES HABRÁ QUE HACER EL PAGO
COMPLETO Y NO SE ABONARÁ A NO SER QUE
PODAMOS REEMPLAZAR ESA PLAZA.