



RETIRO DE ACROYOGA PRAIA DO ROSA

30/05 à 02/06

No Caminho do Mar - Florianópolis

A IMPORTÂNCIA DE SE RETIRAR

Um retiro é como uma pausa revitalizante para a mente, o corpo e o espírito. É um refúgio dedicado a se desconectar do mundo frenético lá fora, permitindo-se mergulhar profundamente em práticas que nutrem a alma.

Os retiros de Acroyoga são espaços sagrados, onde se encontram pessoas em busca de paz interior, movimento consciente e introspecção.

A natureza muitas vezes é parte integrante desse cenário, oferecendo um ambiente propício para a prática, seja vistas deslumbrantes, som calmante do mar ou a tranquilidade de florestas exuberantes. A conexão com a natureza enriquece ainda mais a experiência, nutrindo não apenas o corpo, mas também a alma.

É um convite para desacelerar, ouvir a si mesmo, reconectar-se com sua essência e descobrir um estado de paz e harmonia que muitas vezes se perde no ritmo acelerado da vida moderna.

Vamos juntos nos retirar?





O RETIRO



**Será um fim de semana com Yoga, Acroyoga,
Caminhada pela natureza e Meditação.**

YOGA E ACROYOGA



Acroyoga é uma prática muito interessante, pois em meio a uma diversão vamos nos conhecendo. Aprendemos a lidar com nossos medos, aprendemos sobre confiar, passar segurança para o outro, empatia, união, cooperativismo, apoio. Aprendemos a vibrar com a conquista do outro. Além disso, ganhamos alongamento, mobilidade e força.

Além disso faremos prática de yoga, meditação e respiração guiadas para trazermos calma e paz ao coração.

Completando com a prática de acroyoga que potencializa a confiança, cuidado e a conexão com o outro. Fiquem tranquilos, pois as práticas serão acolhedoras e adaptadas para que todos possam se divertir.



LOCALIZAÇÃO INCRÍVEL PERTO DA NATUREZA

A Praia do Rosa é Mágica
Descoberta nos anos 70 por hippies e surfistas,
hoje é internacionalmente conhecida. O
prestigiado periódico inglês, The Guardian, a
considerou como um dos “7 paraísos escondidos do
mundo”. A Praia do Rosa faz parte do seletto
Clube das Trinta Baías Mais Belas do Mundo, que
tem a chancela da UNESCO e é considerada uma
das “dez baías mais bonitas do Brasil”.

Estes títulos não poderiam ser mais justos! Em
formato de meia lua, são aproximadamente 7
quilômetros de praia banhados por um dos mais
belos mares de Santa Catarina, onde se somam
dunas, trilhas, morros e lagoas exuberantes .

A praia do Rosa esta situada no município de
Imbituba em Santa Catarina.

ESPAÇO CAMINHO DO MAR



Caminho do Mar é um espaço intimista, de promoção a saúde , bem-estar físico e mental e de evolução espiritual através do Yoga, do Surf e do Esporte em geral.

O espaço foi sonhado, planejado, desenvolvido e construído em meio a natureza da praia do Rosa Norte, pelo casal Silze Haselein e Ivan Macedo, Educadores físicos e Instrutores de Yoga ,frequentadores da praia do Rosa desde os anos 80 , moradores a quase uma década, quando o espaço nasceu com a missão de transformar vidas através da união entre o sutil e o denso , (o corpo e a alma , o campo físico e o campo energético).

O espaço é formado por um bistrô, um CT box - Centro de treinamento e pelo Studio Café yoga PDR -um centro de estudos, formações, imersões e retiros em yoga e terapias Holísticas, um espaço de curas físicas e energéticas .





REFEIÇÕES DO ESPAÇO CAMINHO DO MAR



As refeições do Caminho do Mar são realizadas no nosso espaço gastronômico. O cardápio é elaborado de acordo com o evento proposto, com o intuito oferecer uma refeição nutritiva em aspectos de saúde física e energética.

O espaço está conectado com alguns chefs que trazem em sua culinária o sabor, a cor, a nutrição e o amor pela arte de cozinhar. Segue alguns registros do nosso cardápio nos encontros anteriores !



PROGRAMAÇÃO

Quinta - feira (30/05):

- 15:00h - Checkin
- 18:00h - Roda de acolhimento
- 20:00h - Jantar

Sexta-feira (31/05):

- 7:00 - Prática de Yoga
- 9:00 - Café da manhã
- 11:00 - Pratica de AcroYoga
- 13:00 - Almoço
- 15:30 - Pratica de AcroYoga
- 19:00 - Jantar
- 20:30 - Kirtan

Sábado (01/06)

- 7:00 - Prática de Yoga
- 9:00 - Café da manhã
- 11:00 - Pratica de AcroYoga
- 13:00 - Almoço
- 15:30 - Pratica de AcroYoga na praia
- 19:30 - Jantar (livre)

Domingo (02/06)

- 8:00 - Prática de Yoga
- 9:15 - Café da manhã
- 11:00 - Acroyoga
- 13:00 - Roda de encerramento e brunch
- 14:00 - Checkout



SUGESTÃO DE HOSPEDAGEM POUSADA CASAS DO MANUEL



Seu Marcelino Manuel Vicente e Dona Alexandrina Jordina da Rosa, nativos da Praia do Rosa, possuíam uma faixa extensa de terra no morro Rosa Norte. Moravam com seus 5 filhos no pé do morro. Um de seus filhos, o Manoel, é o proprietário da Pousada Casas do Manoel, uma pousada simples e muito bem localizada que traz em sua estrutura a simplicidade e o bem acolher. Hoje é uma das parceiras do espaço Caminho do Mar administrada pelo casal Analia e Leo, nossos "hermanos" Argentinos.

R\$ 2.636,00 (quarto duplo)

Valores por pessoa

Divide em até 12x no cartão com 100 reais de taxa

SUGESTÃO DE HOSPEDAGEM

POUSADA PUEBLO ROSA NORTE



A Pousada Pueblo Rosa Norte nasceu da conexão do casal Genaro e Márcia com a Praia da Rosa, em especial com o canto Rosa Norte. Freqüentadores da região há mais de 30 anos criaram a Pueblo em meio ao verde e perto do mar, um lugar que acolhe surfistas, apreciadores de esportes e da natureza. Se hospedar com leveza, ir para a praia caminhando, relax e boa vibe é o que se encontra aqui. Studios e suites charmosos com espaços funcionais e aconchegantes. Área de convivência arborizada com piscina, amplo deck e espaço gourmet onde rolam as melhores resenhas dos amigos.

R\$ 2.985,00 (quarto duplo) e R\$ 3.410,00 (individual)

Valores por pessoa

Divide em até 12x no cartão com 100 reais de taxa



O QUE ESTÁ INCLUSO NO VALOR, INDEPENDENTE DA POUSADA ESCOLHIDA:



Está incluso no valor: hospedagem (checkin dia 30/05 às 14h e checkout dia 02/06 às 14h), refeições (veganas e vegetarianas), práticas de yoga, práticas de acroyoga e Kirtan com Gandharvas.

Além disso, teremos presentes especiais dos nossos parceiros: Kit maravilhoso da @tfsportsoficial (Track&field)
Lembrancinhas surpresas de parceiros do retiro (@crochet_terapia @granollada e @mandacaru.saboaria) e outras surpresas (depende do clima)

CONDUÇÃO DO RETIRO



ANDREZA GOMIDE

Professora de Yoga e
Acroyoga que vai
conduzir as práticas de
Yoga, Meditação e
Acroyoga.





CONDUÇÃO DO RETIRO



SILZE PRANA

Cofundadora do Espaço
Caminho do mar.
Educadora física, Professora
de Yoga e Terapeuta
Holístico irá conduzir as
práticas de Yoga.



Dúvidas ou Informações (19) 98181-6488