

Vacaciones de bienestar junto al mar

Descanso para cuerpo, mente y alma

Casa el Morisco / Benarajafe/ Málaga

www.morisco.de

Casa el Morisco es un paraíso verde con vegetación subtropical en la Costa del Sol, a 20 KM al este de Málaga y a 25 min. a pie de la playa de Benajárfes. La Casa es un centro de vacaciones y seminarios con salas llenas de luz, un restaurante donde se ofrece un variado buffet vegetariano / vegano durante todo el día con muchas frutas frescas, verduras y ensaladas.

Alojamiento en habitación doble con pension completa, 650 € por semana incl.
3 servicios de transporte a la playa.
Recargo habitación individual: 105€
Precio del curso: 180 €

Meditación de la Danza

juntos

nos movemos

en el círculo

coreografías fáciles

música agradable

*Así, la danza se convierte en
meditación y la meditación se
torna en danza.*

*Habrà también danza libre y
meditación en movimiento que
apoyan nuestra expresión individual*

Esta semana experimentaremos nuestro cuerpo bailando en el bello entorno de la Casa el Morisco, dándole nuestra atención cariñosa y mucho bien.

A través de los movimientos entrenaremos nuestra flexibilidad, física y mental y volveremos a estar en contacto con nuestra alegría de vivir y así, con lo que es realmente importante para nosotros.

El silencio y el movimiento se combinarán, llegaremos al descanso.

La danza también es lúdico, es ligereza y, sobre todo, es un encuentro con nosotros mismos y con los demás. Esto puede dudar a nuevos impulso que luego podemos traer de vuelta a nuestra vida diaria.

