

BREATHE

- RETORNANDO A LA ESENCIA -



Samadhi Expeditions



SÁBADO 26 DE NOVIEMBRE 2022

VALLE LAS PALMAS - CORDILLERA DE LA COSTA - COMUNA DE OLMUÉ



INHALEMOS EMOCIONES, EXHALEMOS PENSAMIENTOS...

Retornemos a la esencia, a lo más elemental: ¡Respirar!

Podemos estar semanas sin comer, días sin agua, ¡pero sólo minutos sin respirar! Y pensar que respiramos utilizando sólo un pequeño porcentaje de nuestra capacidad.

¿Cuánta energía a nuestra disposición, sin ser utilizada? Poseemos una vitalidad insospechada, que sólo podemos despertar, liberando nuestros cuerpos para potenciar nuestra respiración. ¿Cómo es que vivimos inconscientes de todo esto? Simplemente porque estamos siempre apurados, dirigidos por nuestra mente. Dejando muchas veces como última prioridad, nuestro autocuidado.

Nuestra invitación es a que dejes a la cabeza en tu departamento y te vengas con nosotr@s a respirar aire puro y a sintonizar con la naturaleza. En un lugar bello, muy verde, muy salvaje y a tan sólo 1 ½ de Santiago y 50 minutos de Viña del Mar.

Un día para conectarnos con nuestro querido cuerpo. Experimentaremos el goce de liberarlo practicando yoga (con música en vivo), de activar nuestra energía vital – nuestros primeros chakras - con la danza afro. De jugar con la biodanza y de volver a sentir esa paz, esa quietud mental; cuando logramos mantenernos en el eje de la rueda, con la meditación.

Tendremos a un chef vegetariano a cargo de la alimentación.

Un entretenido bazar ¡Dónde encontrarás de todo! Desde esencias naturales extraídas del mismo Valle Las Palmas, a sensuales vestidos traídos de Brasil. Y por supuesto, **PULSAR**, nuestro nuevo proyecto: **Vestir con sentir**. Ropa con sentido, vestimenta de yoga outdoor y accesorios de yoga.

Se estarán ofreciendo múltiples terapias corporales: masaje thai, ayurvédico y masoterapia entre otros (No incluidos en el valor del Retiro).

Piscina, sala de yoga y un bello entorno completamente natural.

También existirá la posibilidad de quedarse todo el fin de semana y hospedarse en las cómodas cabañas del lugar a un precio super conveniente.

¡Te esperamos!



www.samadhiexpeditions.cl

INFORMACIÓN GENERAL

El **Valle Las Palmas** es un verdadero Edén escondido entremedio de las cumbres de La Cordillera de la Costa.

Justo antes de empezar a subir la Cuesta La Dormida (viniendo desde Limache – V Región), si se dobla a la izquierda, se ingresa a un angosto y frondoso Valle.

Como su nombre lo dice, con hermosas palmas chilenas que resaltan entremedio del verde paisaje de bosques nativos, altos cerros con imponentes rocas, cuevas de cuarzo (dónde se puede hacer bibag en verano y dormir sumergidos en cuarzo).

Con muchas caminatas hermosas. que se introducen en los Parques Nacionales que nos rodean: *La Campanay El Roble*.

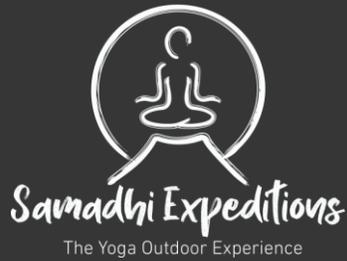
Con el imponente *Cerro Imán* como Apu del Valle.

Dónde se encuentra entre muchas curiosidades, el cactario más grande de Sudamérica. Y es que al **Valle Las Palmas**, llegan personajes de todo el mundo, maravillados por sus paisajes, pureza, verdes bosques nativos y por sobre todo, su paz y tranquilidad, estando tan cerca de las grandes ciudades.



www.samadhiexpeditions.cl

EL LUGAR VALLE LAS PALMAS



www.samadhiexpeditions.cl

INSTRUCTORES

JAVIER OTAEGUI

1996-2000 Practicante de la tradición Shambala de Chogyam Trumpa.

2002-2007 Practicante del Camino del Diamante de la escuela Kagyu en la tradición Tibetana.

2008 Practicante de Zen - Participante en varios retiros de Vesak (Tailandia y Vietnam).

Participante en varios retiros con monjes dentro de la tradición zen de Thich Nhat Hang.

Facilitador de meditación Zen en la tradición Soto, con algunas variantes de Thich Nhat Hang.

JAVIERA MARTÍN

Más de 15 años de experiencia enseñando Yoga.

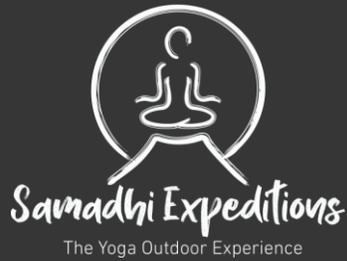
Certificada Jyotim Yoga 2010 - 2012 en Chile con Emma Marín y Valeria Schneider.

También ha realizado especializaciones de Iyengar Yoga con Sharon O'Bannon y Sharat Arora en India.

Cursos de Iyengar con Renato Turla (Italia).

Filosofía del Yoga con Ramiro Calle en España.

Yogaterapia con Joan Sendra en España.



www.samadhiexpeditions.cl

INSTRUCTORES

RAGA KAUR

Instructora certificada de Kundalini yoga. Enseña también los estilos Yoga Flow y Hatha.

Actriz, bailarina y terapeuta, con más 20 años de experiencia.

Arte ritual y holístico, enseña diferentes estilos siendo su especialidad la danzas tribales de India y Africa.

En sus clases busca transmitir el universo holístico del cuerpo en conexión con el universo y las artes rituales, a través de ejercicios experienciales de respiración guiada y visualización logramos integrar en nuestro ser, las experiencias luego de una práctica física vigorosa y desafiante.

Calmando la mente y nuestros pensamientos.. Se percibe nuestro ser creativo en presencia total, dándonos la oportunidad de sentir y refrescar nuestra vivencia de lo esencial, lo poético, lo simple e impalpable y grandioso del momento presente, *“Rituales de reconexión a través del arte, el yoga y pequeños actos conscientes que nos acercan a la unidad de nosotros mismos con el todo”*

ANTONIO DI PEDE

Facilitador de biodanza con 20 años de experiencia trabajando en centros de salud con adultos mayores niños, en talleres y grupo regular. Dedicado al estudio del movimiento.

Artista escénico.



www.samadhiexpeditions.cl

ITINERARIO

SÁBADO 26 DE NOVIEMBRE

10:00 AM Sesión de meditación

11:30 AM - 1:00 PM Sesión yoga flow con música en vivo

1:15 PM Contundente brunch (estilo israelita)

Tiempo libre: bazar - piscina - terapias

5:00 - 6:30 PM Sesión de biodanza

Frutas, frutos secos y tes (autoservicio)

7:30 - 9:00 PM Clase de danza afro en torno a un fuego

9:15 PM Una deliciosa once chilena para recuperar energías.



VALORES FULL DAY – SÁBADO 26 DE NOVIEMBRE

INCLUYE: SESIONES DE MEDITACIÓN, YOGA CON MÚSICA EN VIVO, BIODANZA Y DANZA AFRO
TODAS LAS COMIDAS MENCIONADAS / PARTICIPACIÓN EN EL BAZAR / USO DE LAS INSTALACIONES DEL LUGAR.

VALOR PROMOCIONAL

\$80.000

VALOR
SAMADHI VIP

\$80.000

VALOR NORMAL

\$100.000

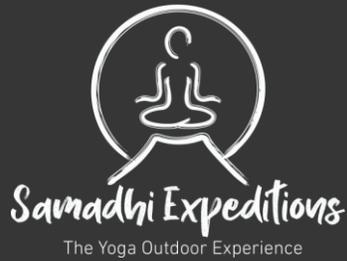
Valor promocional: Hasta el 14 de Noviembre

Valor Samadhi Vip: Personas que hayan participado de una experiencia Samadhi los dos últimos años.

Valor normal: Después del 14 de Noviembre.

Descuentos no acumulables.

- *Consultar por descuentos para grupos.*



www.samadhiexpeditions.cl

RESERVAS

RESERVAS:

Para reservar un cupo se debe abonar el 50% del valor total del retiro mediante transferencia electrónica a la siguiente

cuenta bancaria:

Banco Santander

Javiera Martín Floegel

Rut. 13.903.217-9

Cuenta corriente 6261604-0

Mail: info@samadhiexpeditions.cl

- *El saldo deberá ser pagado hasta 10 días antes del inicio del retiro.*

Otra opción para pagar con crédito, es hacerlo a través del botón de Mercadopago en el link del retiro de nuestra web:

[Breathe \(samadhiexpeditions.cl\)](http://Breathe(samadhiexpeditions.cl))

**Los pagos a través de Mercadopago tienen un recargo del 0,06%*

DEVOLUCIONES

- Penalización del 25% del valor total del retiro hasta 7 días antes de su inicio.
- 6 días antes: Sin posibilidad de devolución.
- En caso de que la actividad no reúna un mínimo de 6 participantes, serán devueltas el 100% de las reservas



www.samadhiexpeditions.cl

EQUIPO BÁSICO

- Mat de yoga
- Ropa cómoda para yoga
- Manta para la relajación
- Ropa de abrigo para la noche
- Bloqueador solar
- Anteojos de sol
- Gorro para el sol
- Traje de baño - toalla - sandalias



DESDE LA REGIÓN METROPOLITANA

Por la carreta 5 norte, pasado el kilómetro 40 tomar el paso sobre nivel que dice a Til Til, pasar el pueblo de Til Til y seguir las indicaciones que dicen Cuesta la Dormida.

Subir la cuesta hasta la cima y luego bajarla completamente. Ir atentos a señalizaciones para Restaurante *No Me Olvides* y *Las Palmas*. De pronto aparecerá a mano derecha un pequeño camino, justo antes de una curva y el Restaurante *Selva Negra*. Tomar este camino doblando hacia la derecha. Desde el Restaurante *No Me Olvides*, son 2.5 kms aproximadamente.

Verás a mano izquierda el letrero que dice "EL Peñón".



www.samadhiexpeditions.cl

CÓMO LLLEGAR

+56 9 76629805

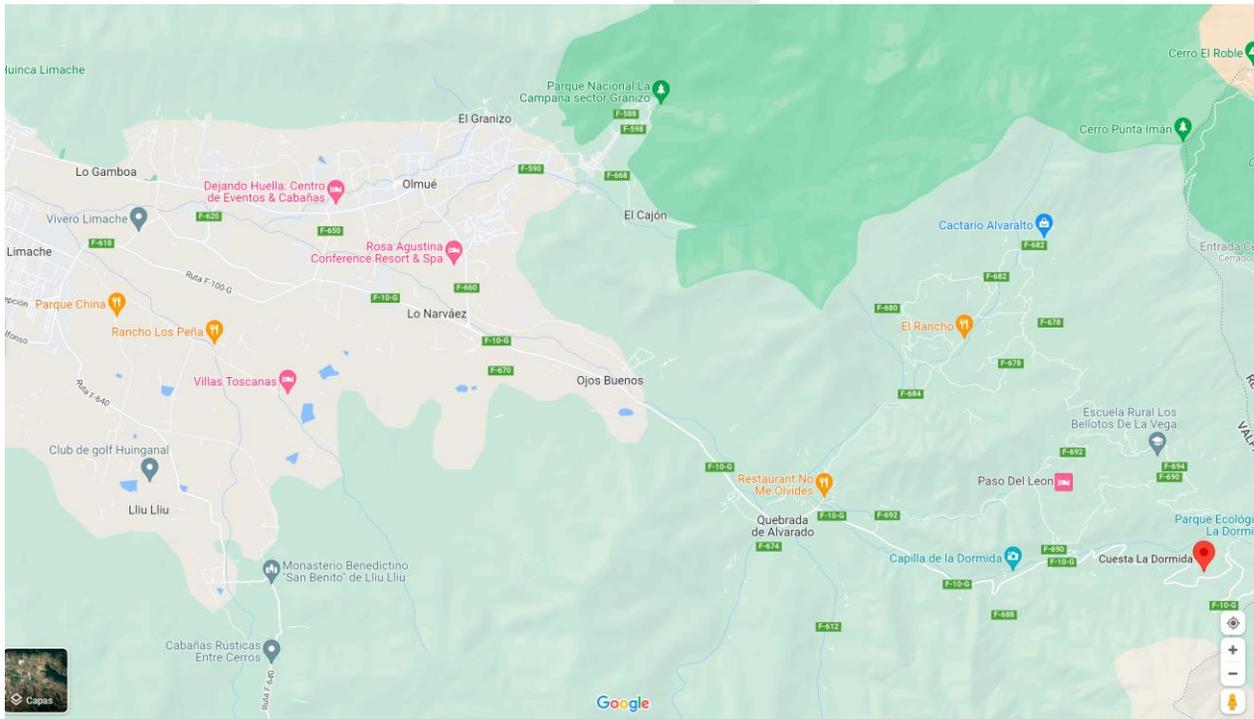
info@samadhiexpeditions.cl

DESDE LA REGIÓN DE VALPARAÍSO

Desde Limache tomar Olmué, seguir por camino a “Cuesta la Dormida”, y justo después del Restaurante Selva Negra, hay una metida hacia la izquierda, hacia “Quebrada Alvarado” o “Restaurante No Me Olvides”.

Desde ahí son 2.5 kms aproximadamente.

Verás a mano izquierda el letrero que dice “*EL Peñón*”.



Samadhi Expeditions

The Yoga Outdoor Experience

www.samadhiexpeditions.cl

CÓMO LLLEGAR

+56 9 76629805

info@samadhiexpeditions.cl

BREATHE

- RETORNANDO A LA ESENCIA -



Samadhi Expeditions



SÁBADO 26 DE NOVIEMBRE 2022

VALLE LAS PALMAS - CORDILLERA DE LA COSTA - COMUNA DE OLMUÉ

