



Te ayudamos a encontrar
tu paz interior

FISIOYOGA RETREAT
9-11 de Mayo de 2025

Bienvenidos a Fisioyoga Reireai

Con mucha ilusión y trabajo os presentamos el primer Retiro Fisioyoga Málaga. Tenemos como objetivo hacer que estés 3 días en plena naturaleza, disfrutando de nuestras clases y talleres, trabajando tu cuerpo y tu mente para que tu alma sane. En el complejo Monte Naturivo, situado en el corazón de los Montes de Málaga, podrás mejorar tu práctica de yoga, a la vez que desconectas de tu rutina acompañado de un grupo reducido de personas. Podrás tener tiempo de descanso y tranquilidad, además de nutrirte con una comida variada, saludable y deliciosa.





Quiénes somos

Nuestra misión de vida es ayudar a las personas a que se encuentren sanas y con energía para poder tener una vida plena, satisfactoria y sin dolor. Llevamos más de 10 años trabajando juntos en Málaga.

ÁGUEDA RODRÍGUEZ

- Fisioterapeuta
- Experta en Fisioyoga
- CEO centro Fisioyoga Málaga



RAFA ESTRADA

- Dietista
- Experto en liderazgo
- CEO centro Fisioyoga Málaga



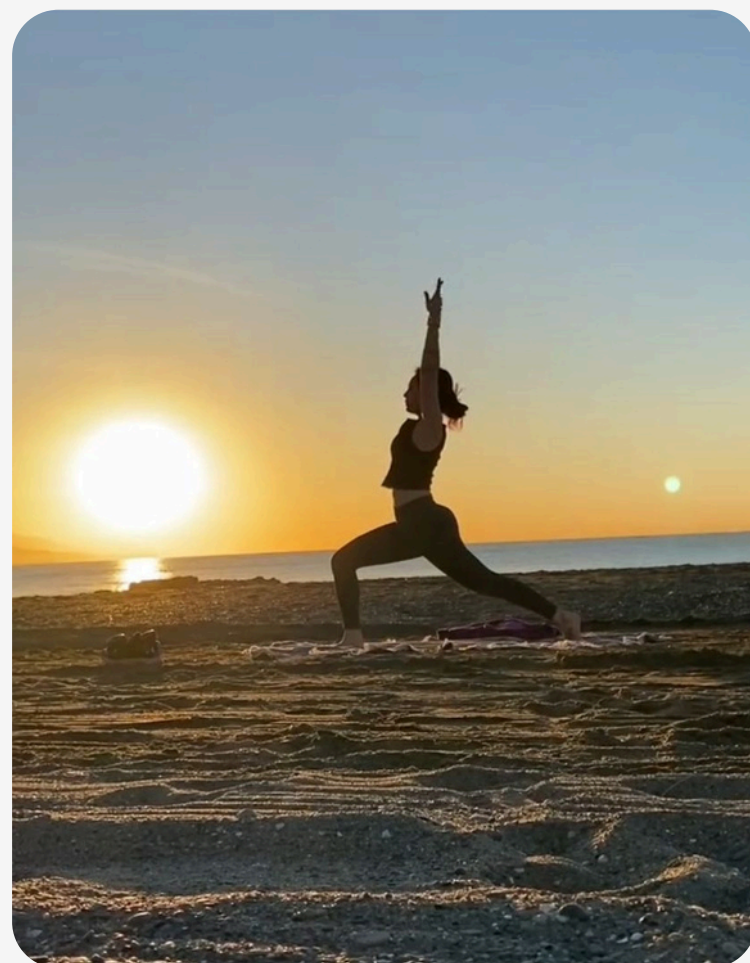


Quiénes somos

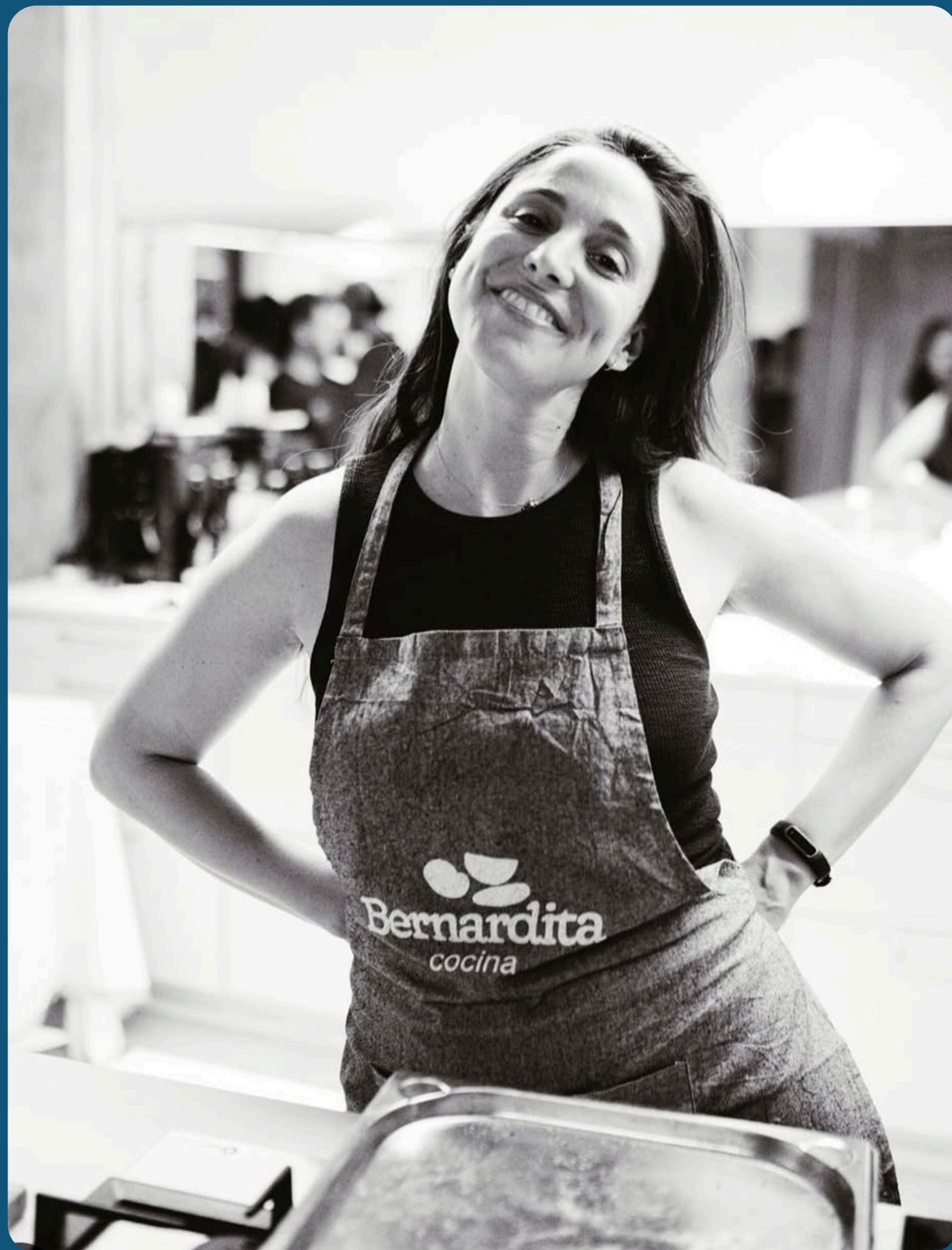
Nuestra misión de vida es ayudar a las personas a que se encuentren sanas y con energía para poder tener una vida plena, satisfactoria y sin dolor. Llevamos más de 10 años trabajando juntos en Málaga.

SANDRA CULEBRAS

- Fisioterapeuta
- Experta en Fisioyoga
- Especialista en Drenaje linfático manual



Te ayudamos a encontrar
tu paz interior



Nuestra chef

Bernardita Mansilla

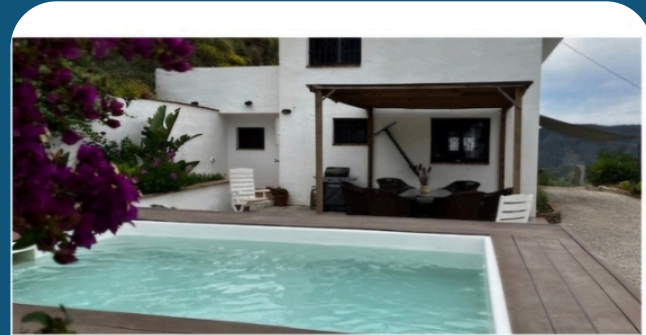
Gastronomía saludable y local.

Platos equilibrados y sabrosos.

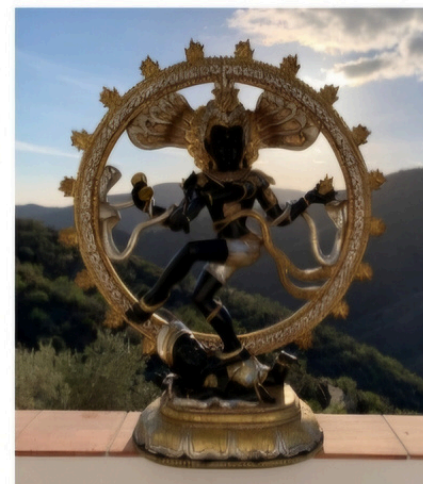
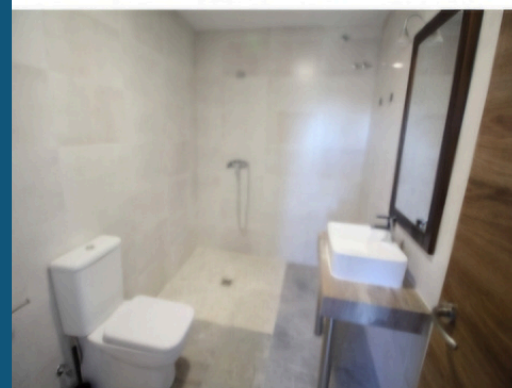
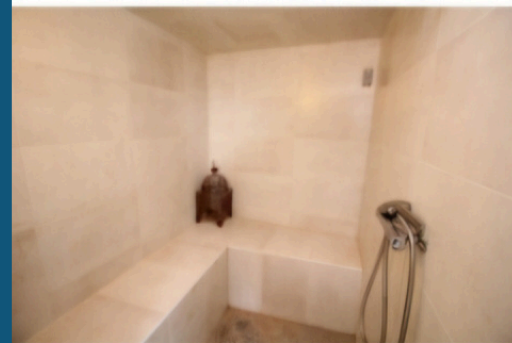
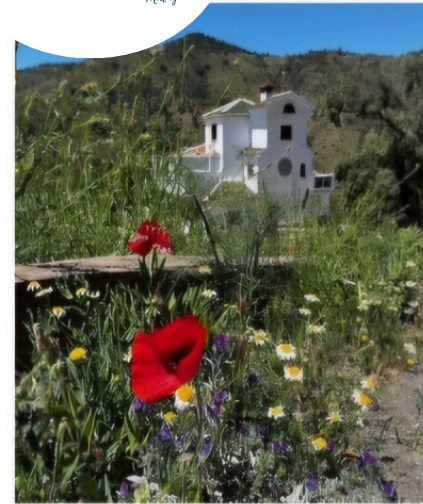
Sabores auténticos de la zona.

Experiencia culinaria inolvidable.

EL lugar



EL lugar



“Desconecia. Reconecia.”



Reservas y precios

Clases de fisioyoga

Clases con 4 temáticas diferentes para que sigas mejorando en tu práctica.

RESERVA 50€

Clases de meditación

Disfruta de sesiones de meditación tanto al aire libre, rodeado de la naturaleza, como en sala, que te ayudarán a cultivar la calma, la concentración y el bienestar interior.



Taller de nutrición

Desmitificamos mitos, resolvemos tus dudas y te ofrecemos pautas claras para una alimentación saludable que potencie tu bienestar y tu práctica de fisioyoga.

ACTIVIDADES, COMIDAS Y ALOJAMIENTO
350€

Liderazgo

A través de la práctica fomentamos un liderazgo basado en la presencia, la empatía y el respeto, mejorando la conexión con los demás y favoreciendo un ambiente colaborativo.

Horario

VIERNES

16:30 Bienvenida al retiro

17:30-18:30 Fisioyoga y conexión

18:30 - 19:00 Descanso

19:00-20:00 Meditación al aire libre

20:00-21:30 Cena

21:30 Descanso

SÁBADO

8:00 -9:30 Fisioyoga matutino

9:30-10:30 Desayuno

11:30-13:00 Charla de nutrición

13:00-14:30 Comida

16:30-17:30 Meditación niño interior

18:00-19:30 Fisioyoga flow

20:00-21:30 Cena

DOMINGO

8:00-9:15 Senderismo y meditación

9:30-10:30 Desayuno

11:00-12:30 Fisioyoga y liderazgo

12:30-13:00 Cierre del retiro





744 66 02 90

Calle Daoiz, 1

29014 Málaga

www.fisioyogamalaga.es

