



• RETIRO DE YOGA •
ÁGUAS QUE DESPERTAM

10, 11 e 12 de Julho
Praia do Rosa - SC

UM RETIRO FEMININO DE RECONEXÃO E TRANSFORMAÇÃO

Em sua primeira edição, o retiro **Águas que Despertam** acontece na **Praia do Rosa - SC**, um cenário que convida naturalmente à pausa, à presença e ao cuidado. Um fim de semana pensado para **práticas de yoga**, vivências sensoriais, contemplação da natureza e processos profundos de autoconhecimento.

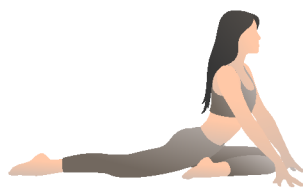
As fundadoras do retiro são **Karila Gonçalves** e **Suelen Bahia**. Com diferentes trajetórias, elas unem saberes e muita sensibilidade, com uma abordagem que respeita e incentiva o ritmo individual e o **movimento consciente**.



KARILA

Professora de Yoga Integral, com 8 anos de experiência guiando processos de reconexão e presença.

@ karila_goncalves



SUELEN

Psicanalista e Terapeuta Integrativa, atua na área da beleza e bem estar há mais de 15 anos.

@ suelenbahialopess



CONHEÇA O DESTINO



Reconhecida por sua beleza natural e atmosfera tranquila, a Praia do Rosa é um refúgio entre a mata atlântica e o mar. Com trilhas, natureza preservada e um ritmo que convida à desaceleração, o local inspira presença, equilíbrio e escuta interna.



 mahatmarosa

SOBRE O ESPAÇO

No coração da Praia do Rosa, o Mahatma é um espaço de consciência cercado pela natureza. Com estrutura integrada de salão, áreas externas integradas ao jardim e hospedagem, foi pensado para facilitar vivências significativas em um ambiente sereno, bonito e funcional.



O PROPÓSITO DA IMERSÃO

Um espaço seguro para mulheres desacelerarem, esvaziarem excessos e retornarem ao corpo, à intuição e à verdade emocional. Através do yoga, do cacau, da meditação e de terapias integrativas.



PROGRAMAÇÃO DO FIM DE SEMANA

sexta-feira

noite

- 17:00 check in
- 18:00 abertura e apresentações
- 19:00 passeio livre no centrinho
- 21:00 relaxamento, Yoga Nidra

domingo

manhã

- 06:00 contemplação
- 07:00 café da manhã
- 08:00 dinâmica: o que deseja nutrir
- 09:00 Yoga: um despertar profundo
- 10:00 mantras
- 11:00 roda de conversa

tarde

- 12:00 almoço
- 13:00 descanso
- 14:00 Yoga flow
- 15:00 café da tarde
- 16:00 encerramento
- 17:00 check out

sábado

manhã

- 06:00 yoga
- 07:00 café da manhã
- 08:00 trilha e avistamento de baleias
- 11:00 meditação e escrita terapêutica

tarde

- 12:00 almoço
- 13:00 descanso
- 14:00 dinâmica liberação emocional
- 15:00 café da tarde
- 16:00 meditação e Reiki
- 17:00 Yoga e Pranayamas

noite

- 18:00 sessão de fotos individuais
- 19:00 cerimônia do cacau
- 21:00 encerramento do dia



acomodações
confortáveis



programação
completa



alimentação
saudável



DETALHES DO INVESTIMENTO

ACOMODAÇÃO
COMPARTILHADA

R\$ 1.940,00

O QUE ESTÁ INCLUSO:

- ✦ 2 noites de hospedagem
- ✦ café da manhã
- ✦ almoço
- ✦ café da tarde
- ✦ atividades da programação
- ✦ mimo de boas-vindas

O QUE NÃO ESTÁ INCLUSO:

- ✦ jantar (livre no centrinho)
- ✦ transporte até o local

FORMAS DE PAGAMENTO:

- ✦ cartão de débito ou crédito
- ✦ PIX com 10% de desconto:
total de R\$ 1.746,00

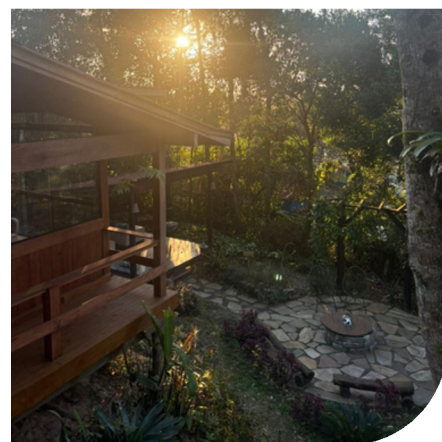
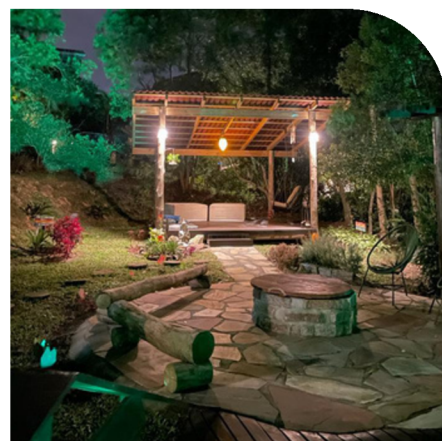
*"Não é sobre se tornar outra mulher.
É sobre lembrar quem você é."*





• RETIRO DE YOGA •
ÁGUAS QUE DESPERTAM

10, 11 e 12 de Julho
Praia do Rosa - SC



Inscrições abertas!

As vagas são limitadas. Garanta a sua vaga
através do whatsapp +55 (42) 99952-1149

Apoio:



@karila_goncalves @suelenbahialopess @mahatmarosa