

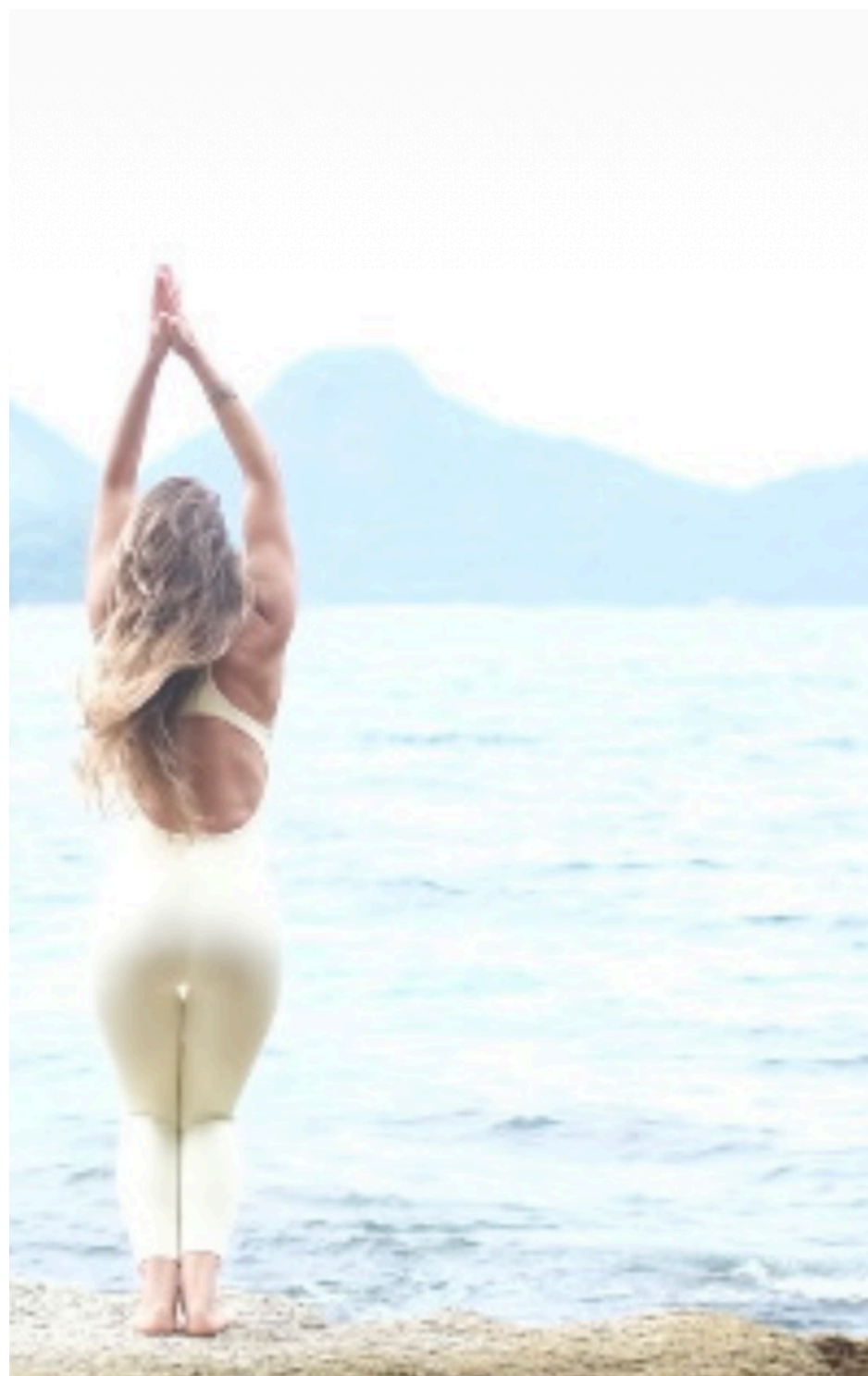
1 a 3 de maio
Ibiúna, SP



Retiro de yoga e cerâmica



Anfitriã: Gisele Gandolfi
Idealizadora: Mila Perle



Corpo respira, coração sente e as mãos criam.

Yoga e cerâmica: um encontro para desacelerar através de duas práticas meditativas. Uma experiência sensorial de auto cuidado, criatividade e reconexão interior em meio à natureza.

O lindo sítio do Atelier Muriqui

abre suas portas para te receber com muito carinho para uma imersão de 3 dias com práticas de yoga (meditação, pranayamas, asanas, filosofia) com Mila Perle e aulas de cerâmica com Gisele Gandolfi além de atividades na natureza ao ar livre.



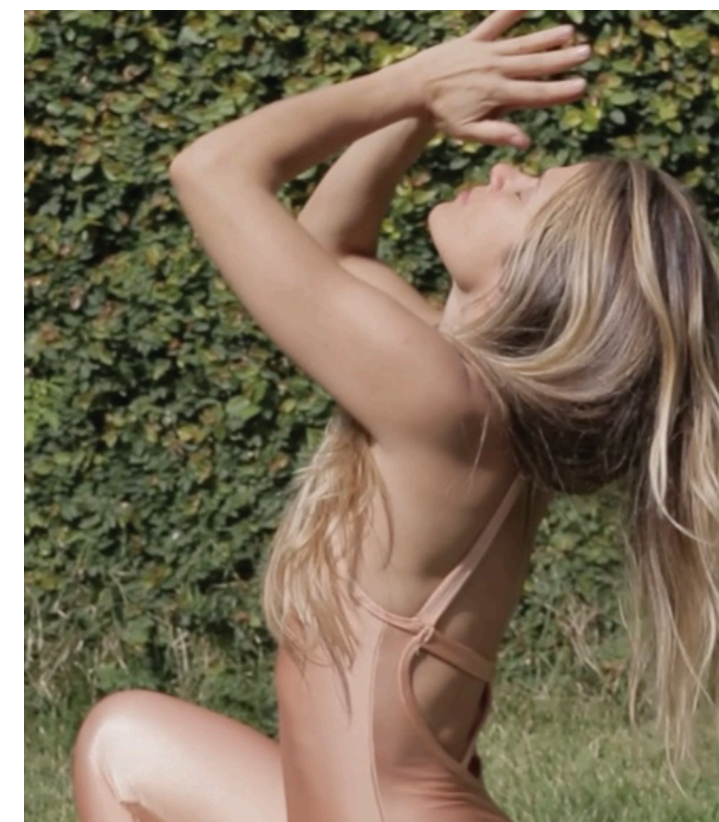
3 dias de autocuidado apaziguando corpo, mente e alma redescobrimdo sua essência criativa



cabeça, mãos e coração fazendo cerâmica

Mila Perle publicitária, produziu comerciais, music videos, documentários, tv e cinema em cidades como NYC, Santiago, São Paulo, Bangkok, Toronto, etc antes de se tornar professora de yoga. O yoga foi a ferramenta que a ajudou a lidar com o ritmo frenético do trabalho mantendo seu corpo, mente e alma saudáveis e mais em paz internamente. É praticante há mais de 20 anos e há 8 anos ela deixou o audiovisual para se dedicar exclusivamente a ser professora de yoga e conduzir retiros.

Gisele Gandolfi ceramista, artista visual e pesquisadora por essência. Criadora do Atelier Muriqui e da Poesia Cerâmica, há quase 2 décadas oferece cerâmica autoral de alta temperatura para o mercado e, pioneiramente, para a gastronomia nacional. Também, é co-fundadora do Espaço Urbano de Cerâmica Artesanal Muriqui, onde os saberes sobre cerâmica são facilitados, explorados e aperfeiçoados em aulas e oficinas.





SEXTA-FEIRA

- 9:30 Boas-vindas
- 10:00 – 12:30 Prática de Yoga e Roda de Abertura
- 12:30 – 13:30 Almoço
- 14:00 – 17:00 Aula: Ateliê de Cerâmica
- 17:30 – 18:30 Meditação e Filosofia do Yoga
- 19:30 – 21:00 Jantar
- 21:00 – 22:30 Confraternização

SÁBADO

- 7:30 – 9:00 Prática de Yoga
- 9:00 – 10:30 Café da Manhã
- 10:30 – 13:30 Aula de Cerâmica
- 13:30 – 14:30 Almoço
- 15:00 – 18:30 Passeio à Represa com Meditação e Filosofia do Yoga
- 19:30 – 21:00 Jantar
- 21:00 – 22:30 Confraternização

DOMINGO

- 7:30 – 9:00 Prática de Yoga
- 9:00 – 10:30 Café da Manhã
- 10:30 – 13:30 Aula de Cerâmica
- 13:30 – 14:30 Almoço
- 15:00 – 16:00 Meditação de Encerramento

VALOR DO RETIRO INCLUI:

- hospedagem no sítio
- alimentação completa
- todas as atividades de yoga
- todas as atividades de cerâmica
- todo o material para as aulas de cerâmica: ferramentas e barro
- queima de 3 peças únicas produzidas por você! (A serem retiradas no Atelier Muriqui em Pinheiros, SP após o retiro)

Suite dupla (1 cama casal + 1 cama solteiro) R\$3290 por pessoa

Suite tripla (1 cama casal + 1 cama solteiro) R\$2790 por pessoa

Quarto para 2 pessoas com cama queen com banheiro compartilhado) R\$2790 por pessoa

Quarto single (banheiro compartilhado) R\$2990

Formas de pagamento:

Pix à vista (com 10% desconto até dia 20/3)

Pix à vista (com 5% desconto até dia 20/4)

Pix parcelado em 2 x (último pagamento até dia 20/4)

Parcelamento no cartão em 3 x (até dia 10/3)

Parcelamento no cartão em 2 x (até dia 10/4)

Inscrições e + informações pelo whatsapp: 11 911653780