



VACACIONES CONSCIENTES

NERGA (PONTEVEDRA)

CASA O'REMANSIÑO -
EL DESPERTAR



AMATE, DESCANSA Y DISFRUTA

CASA O'REMANSIÑO -
EL DESPERTAR

A starfish is positioned in the lower-left foreground on a sandy beach. The background features gentle waves with white foam washing onto the shore under a clear sky. The overall scene is bright and serene.

Índice

01
PROPUESTA

02
ACTIVIDADES

03
COMO LLEGAR

04
PROGRAMA

05
PRECIO Y RESERVAS

PROPUESTA

Celebra la Vida, conecta con tu divinidad y recupera la energía.

ÁMATE baja al CORAZÓN, trasciende patrones limitantes y pesos

DESCANSA EN TI recupera la energía y la intuición, tu fuerza creadora

DISFRUTA y deja que la Vida te abrace

ACTIVIDADES



ALOJAMIENTO EN APARTAMENTO AL LADO DEL MAR



MEDITACIÓN Y YOGA
TALLERES DE DESARROLLO EVOLUTIVO



SENDERISMO BORDEANDO LA PENINSULA Y BAÑOS DE BOSQUE



NAVEGAR A VELA POR LA RIA DE VIGO



DESCANSO



SESIÓN DE COACHING CON CABALLOS



COMIDA VEGETARIANA



SESION DE CREACIÓN CONSCIENTE: CERAMICA Y COCINA

CÓMO LLEGAR (llegada el 21 de 18 a 20 h. y salida el 28 después de desayunar)

01 EN COCHE

SI VIENES EN COCHE ESTAMOS EN NERGA (PONTEVEDRA) Y DISPONES DE APARCAMIENTO EN LA PROPIEDAD

02 EN AVIÓN

TE RECOMENDAMOS EL AEROPUERTO DE VIGO. DESDE AHI TOMAS UN BUS HASTA VIGO Y DESDE EL PUERTO UN BARCO HASTA CANGAS DE MORRAZO. AHI TE RECOGEMOS.

03 EN TREN

PUEDES LLEGAR EN ALTA VELOCIDAD A LA ESTACIÓN DE VIGO-URZÁIZ O BIEN A VIGO-GUIXART. DESDE EL PUERTO DE VIGO TOMAS UN BARCO A CANGAS DE MORRAZO Y AHI TE RECOGEMOS

04 EN BUS

A VIGO LLEGAN AUTOBUSES DE TODA ESPAÑA ASÍ QUE DESDE LA ESTACIÓN DE BUS TE PUEDES DESPLAZAR AL PUERTO Y AHI TOMAS UN BARCO HASTA CANGAS DE MORRAZO DONDE TE RECOGEREMOS.

05 CAMINANDO

QUIZÁS ESTÉS HACIENDO EL CAMINO DE SANTIAGO DESDE PORTUGAL Y TE APETECE HACER UNA PARADA EN ESE CASO TE RECOGEMOS EN CANGAS DE MORRAZO.

06 EN BARCO

SI VIENES DESDE VIGO TE RECOGEMOS EN EL PUERTO DE CANGAS DE MORRAZO.

vacaciones conscientes

PARA UN GRUPO
REDUCIDO / CONSULTA
EXPERIENCIA INDIVIDUAL



PROPUESTA DE PROGRAMA POR DIA

El programa definitivo lo enviaremos por mail si estás interesad@

- 08:30h-09:30h
Meditación-Paseo-Yoga
- 09:30h-10:30h
Desayuno
- 10:30h - 13:30h
Actividad
- 13:30h - 14:30h
Hora libre : descanso, playa, ayudar a preparar la comida
- 14:30h - 16:00h
Comida
- 16:00h - 17:30h
Descanso/tiempo libre
- 17:30h-19:30h
Actividad
- 19:30h-21:00h
Tiempo libre, preparación cena
21:00 **Cena**

QUÉ TRAER

Consideraciones

La finca **O'Remansión** donde pasaremos las vacaciones se encuentra en una **zona boscosa, al lado de un pequeño río y tiene salida directa a la playa de Nerga** a la que podemos llegar caminando descalzos porque se encuentra a menos de 500 metros atravesando el bosque.

El alojamiento es en habitación doble y se comparte el baño, cuenta con cocina, lavadora y secadora, también hay secador de pelo.

El clima en Galicia en las Rias Baixas es muy cambiante, en un día podemos disfrutar el sol, la lluvia y hasta la tormenta. Así que hay que fluir con la meteorología y aceptar lo que venga, En junio suele hacer tiempo soleado y temperaturas suaves Estaremos gran parte del día al aire libre y en contacto con la naturaleza.

Recomendaciones

- Trae sudadera y algo de abrigo
- Calzado: cómodo para caminar y para la playa
- Ropa cómoda para meditar y hacer yoga
- Si tienes alguna dieta o eres vegano por favor avisanos.
Ofrecemos comida vegetariana.
- Si tienes tu propia esterilla de meditación puedes traerla.
- Sombrero o gorra para el sol

QUIÉNES SOMOS

Carmen Valenzuela y Uven Sánchez

Carmen es abogada, mediadora, experta en gestión pública, y coach. Ha desarrollado su carrera profesional durante más de 20 años como directiva en la administración pública y en corporaciones empresariales. Desde 2011 y fruto de una crisis personal da un giro a su vida y a su actividad profesional funda Carmen Valenzuela Consultoría y Evolución, más adelante la Escuela Horsense Spain y Horsedream España para ofrecer formaciones a profesionales asistidas por caballos.

Uvén es economista de formación, ha dedicado más de 40 años a desempeñar puestos directivos en una empresa pública, comenzó un camino de autotransformación paralelamente. Actualmente cofacilita con Carmen formaciones y retiros y disfruta compartiendo a través de talleres su pasión por la forja, madera y la escultura.

www.carmenvalenzuela.com
www.horsense.es



EL DESPERTAR

Carmen y Uven

Desde la pandemia hemos elegido vivir en Nerga (Pontevedra) y crear una forma de vida que deseamos compartir con todos los que se sientan llamados: **El Despertar Espacio y Experiencias conscientes**, ofrecemos consultoría, formación, experiencias y retiros para la evolución de la consciencia en diferentes lugares de España pero con una base en O'Remansión, el nombre de la finca donde vivimos en plena naturaleza.



Precio

1.190€ /persona iva incluido

Incluye

7 noches de Alojamiento en habitación doble+ Comidas, Meditación guiada+ Senderismo+ Talleres de desarrollo evolutivo+Taller crea y sana+ Sesión con caballos + Sesión en velero....

Reservas

carmenvalenzuelarubia@gmail.com

Tel. y whatsapp +34 663170400

www.carmenvlaenzuela.com

*la actividad se realizará con la reserva de mínimo

4 personas / consulta experiencia individual y otra

duración





Te esperamos