INDIA YOGA

7 al 25 Enero, 2024

4 linajes, 1 mismo estilo de vida: YOGA

Viaje al Sur de India

Shivananda yoga
Swami Shivananda
1887-1963

Viajero, escritor, medico; escribió: «Una onza de práctica es mejor que toneladas de teoría. Practica el yoga, la religión y la filosofía en la vida diaria y consigue la realización del Ser Superior.»

Ashtanga yoga
Pattabhi Jois
1915-2009

5to hijo de 9 en una familia de Bramines. Comenzó a estudiar yoga a los 12 años bajo la tutela de Krishnamacharya hasta que creó su propio método, el ashtanga.

Krishnamacharya yoga
Krishnamacharya
1888-1989

Como profesor de ayurveda desarrolló el yoga postural. Conocido como el padre del yoga moderno; enseñó a Patthabhi Jois, Iyengar e Indra Devi.

Yoga Integral
Sri Aurobindo
1872-1950

Filósofo, político, poeta y yogui. Como líder influyente de la independencia de India, introdujo la visión de progreso humano y evolución espiritual. Desafío los límites védicos siendo su principal obra el libro "una vida divina."

VIAJES CON ESPIRITU

MIRÁ ESTE VIDEO Y SENTÍ SI ES EL VIAJE PARA VOS

EL YOGA ES MÁS QUE
UNA PRÁCTICA FÍSICA.
ES UNA FILOSOFÍA
QUE TE PREPARA
PARA VIVIR EN ARMONÍA,
SIN EXCESOS Y
EN CONSTANTE REGOCIJO

1 KERALA. Shivananda Yoga

Trivandrum es una de las dos ciudades más importantes del estado de Kerala, sur oeste de India. Divulgada como la tierra de Dios, ostenta abundancia con su naturaleza y por tales condiciones tropicales es la región climática óptima para los tratamientos ayurvédicos.

Día 1 al 7) El grupo se reúne en un hotel cercano al aeropuerto donde pasaremos dos noches para aclimatarnos, descansar y re-conocernos como grupo. Los traslados serán individuales o grupales según la elección del vuelo. Al segundo día nos vamos juntos al Ashram para pernoctar 5 noches. Sivananda Yoga Vedanta Dhanwantari es un ashram tradicional siguiendo la rutina que nos lleva por el camino del yogui. Es un lugar sencillo que destaca por su silencio, la naturaleza y la simpleza de su día. Toda esa combinación sirve para vaciarse y centrarse en uno mismo, respirar mejor y volver al cuerpo calmando la mente.
La agenda diaria incluye: yoga y pranayama, satsangs, mantras y trabajo voluntario. Quienes deseen pueden reservar anticipadamente un programa de 3 días de tratamiento ayurvédico (consultar).
Incluye: cena de bienvenida y desayuno; en el ashram: 2 comidas y 2 refrigerios diarios.

2 MYSORE. Ashtanga Yoga.

**Su microclima y palacios la convierten en una de las regiones más soberanas del país.
En esta ciudad Pattabhi Jois enseñó por 79 años luego de que Krisnamacharya,
su mentor, se mudase a Chennai a fundar una nueva escuela.
“Mysore” se denomina a la práctica independiente de asanas y pranayama,
entendiendo que el camino del yogui es individual y auto-gestado.**

Día 8 al 12) Nos moveremos en avión desde el Sur hasta Mysore haciendo uso de su nuevo aeropuerto. La estancia será en el barrio de los ashtanguis, Gokulam, alojados en una de las principales escuelas. Esta estancia tendrá como eje inducir al aspirante a adquirir su propia práctica mediante clases que expliquen los beneficios de los hábitos devocionales, higiene energética y activación del cuerpo físico.
Incluye: clases por la mañana y paseos por la tarde. 1 clase de cocina. Desayunos y cenas. Almuerzos libres.

3 CHENNAI. Krishnamacharya Yoga.

Mejor conocida como la antigua Madrás esta ciudad es tan grande y antigua como su historia. Allí se erige la catedral de Santo Tomas, uno de los 12 discípulos de Jesús que predicó en India por el año 52. Sin embargo nuestra estancia será corta. Tras los pasos del yogi visitaremos la exquisita escuela fundada por el hijo de Tirumalai Krishnamacharya: T.K.V. Desikachar.

Día 13 y 14) Un vuelo directo nos trae directo a la experiencia de vivir la abundancia material. Nuestra estadía será cerca de la escuela en un hotel de lujo. En la visita a Mandiram recibiremos, de mano de los principales sucesores, una visión integral del yoga desde inicios del siglo XX hasta los tiempos actuales. Llegaremos a entender los alcances de esta filosofía aplicadas a la salud individual y social. Aprenderemos de ellos cómo llevan el yoga a su comunidad.
Incluye: clases y desayuno. Cena y almuerzo libres.

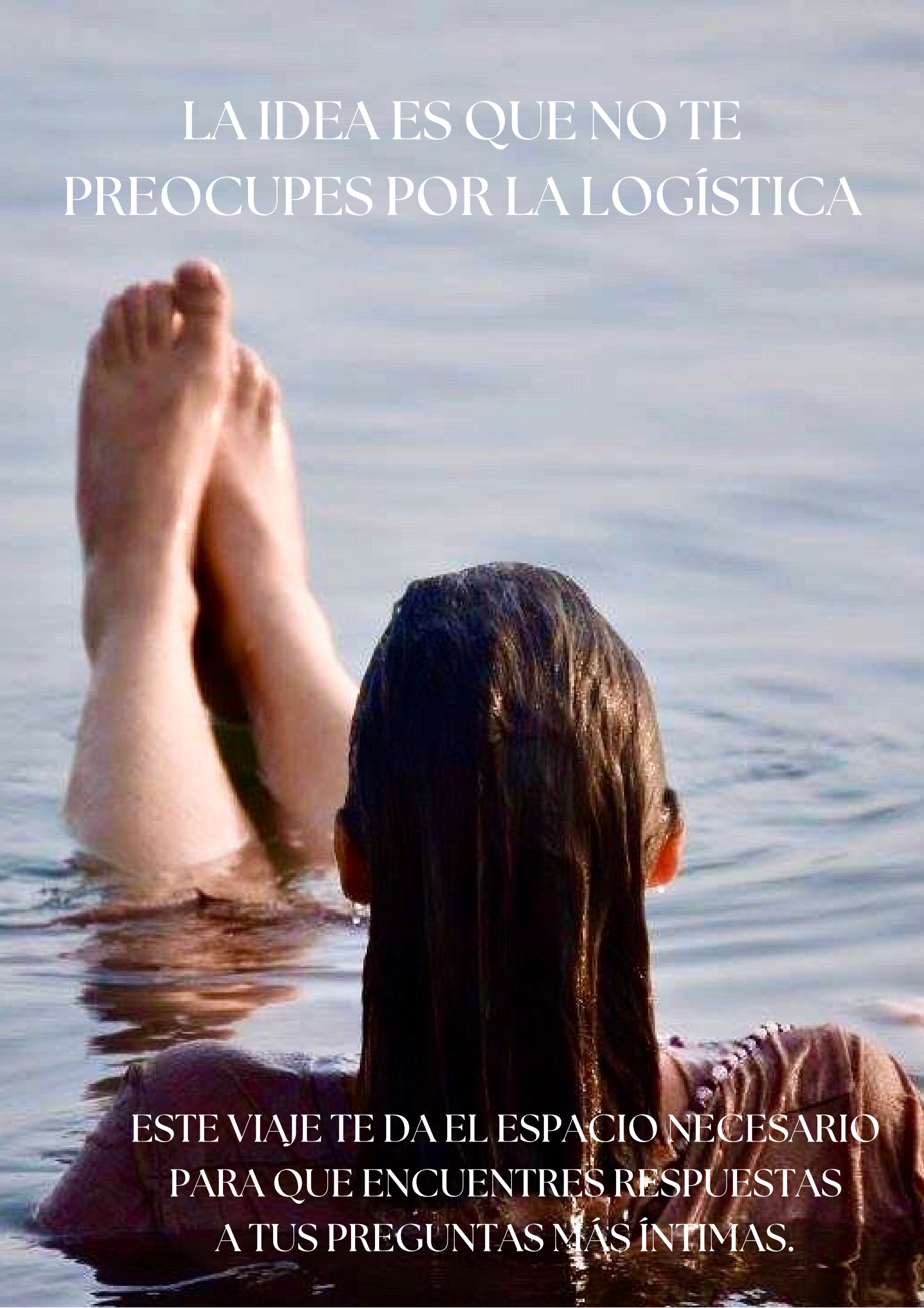
4 AUROVILLE. Yoga integral.

Inspirada por La Madre y Sri Aurobindo, esta comunidad intencional fundada en los ´70 bajo los principios del yoga, experimenta a diario la implementación de una consciencia superior en cada acto individual y social. Ellos son un experimento hacia la nueva consciencia humana.

Día 14 al 19) El primer desafío es llegar y acomodarse energéticamente. Por eso estos días son lentos. Será una secuencia para entender la historia del lugar, las particularidades del experimento social y atender clases prácticas para despertar la consciencia a través del cuerpo.
Incluye: Visitas. Desayunos y cenas. Almuerzos libres.

Día 19) Fin del viaje y traslado al aeropuerto.

Este no es un viaje para profesores de yoga o expertos.
Este es un viaje para quien desee mejorar su estado físico y emocional, e incorporar nuevos hábitos.


LA IDEA ES QUE NO TE
PREOCUPES POR LA LOGÍSTICA
ESTE VIAJE TE DA EL ESPACIO NECESARIO
PARA QUE ENCUENTRES RESPUESTAS
A TUS PREGUNTAS MÁS ÍNTIMAS.

EXTENSIÓN 1:
Conscious Leaders

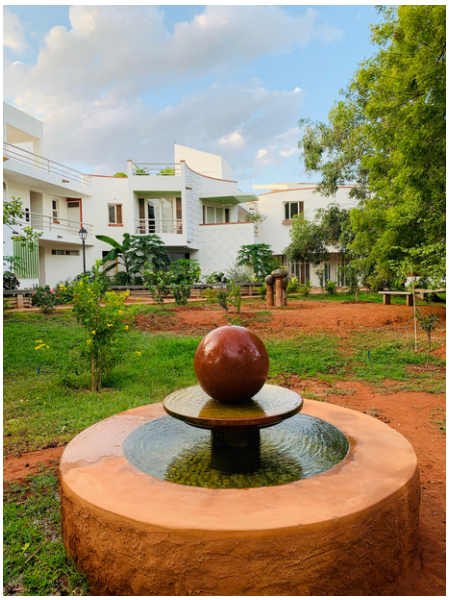
25 Enero al 2 Febrero 2024

"Un viaje de inspiración para quienes buscan reconvertir su profesión alineándose con valores más altruistas"

Inmersivo para profesionales líderes, gente de negocios y emprendedores en general.
(Solicitar brochure independiente para más información)

Día 20 al 28

Incluye disertantes, profesores, facilitadores y traductor (inglés-español).
Salas y materiales de trabajo.
Alojamiento con 2 comidas (desayuno-cena).
2 comidas especiales: bienvenida y despedida.
Movilidad entre sitios.
Fee de entradas a las actividades que describa el programa detallado.
Asistencia 24 hs desde la llegada a Chennai, hasta que finaliza esta propuesta.



INDIA ES
LA INVITACIÓN
A VIVIR UN MISTERIO

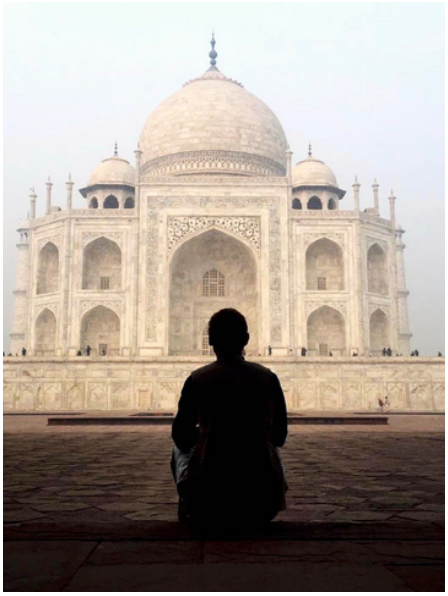
EXTENSIÓN 2:
Norte de India

25 al 31 Enero 2024

Para quienes deseen explorar la India clásica, la de los monumentos y las compras, esta es una excelente oportunidad que te llevará por 3 de los cónclaves de la tradicional ruta turística. Jaipur es la capital del antiguo reino de Rajhastan. El emblemático Taj Mahal y otro conjunto de edificios, fuertes y mausoleos te llevarán a tener una idea acabada de la historia, que hace de esta, una gran nación.

Día 20 al 26

Comprende alojamiento con desayuno y transporte en privado con entrada a los sitios de interés. Guía indio en español. Alojamiento en hoteles boutique y ticket aéreo desde Chennai hasta Jaipur.
3 Noches en Jaipur, 1 en Agra y 2 en Delhi.
No incluye: comidas, ni late check-out en el hotel.



ANDREA EBERLE junto a sus guías, asistentes locales y maestros indios coordinan esta secuencia encadenada de experiencias y conocimiento.

Nacida en Buenos Aires Argentina estudió Administración de Empresas, Responsabilidad Social Empresarial, Turismo Sostenible y Coaching Sistémico. Comenzó a trabajar en turismo en Patagonia hace mas de 20 años, y desde el 2006 se ha especializado en el diseño de viajes temáticos y con espíritu. Su objetivo es contribuir en la evolución del ser humano a través del desarrollo de viajes con contenidos relevantes y profundos, haciendo de ellos “grandes experiencias de aprendizaje de la vida”.

¡ESCRIBINOS HACIENDO CLICK ACÁ!

"LAS EXPERIENCIAS GENERAN EMOCIÓN, LAS EMOCIONES MUEVEN AL MUNDO"

Por esto, nuestros viajes pre-existen ordenados
por Niveles de Intensidad en la Experiencia.

NIVEL 5- DESPERTAR A LA MAGIA
NIVEL 4 – DAR Y RECIBIR
NIVEL 3 – PROFUNDIZAR EN LA PRACTICA
NIVEL 2- PRIMER CONTACTO CON LA ESPIRITUALIDAD
NIVEL 1- DESPERTANDO TODOS TUS SENTIDOS

Este viaje presentado es Nivel 3. Objetivo: "PROFUNDIZAR"
Este tipo de viaje es exigente porque propone el viaje individual dentro del grupal.
Se requiere autonomía emocional y deseo de estar solo, situación que potencia el aprendizaje.
Es exigente porque hay rutinas, clases, encuentros para compartir y todo el viaje se vuelve un retiro en movimiento. Por su alto contenido intelectual y emocional se recomienda haber pasado por algunos de los niveles anteriores, aunque no es excluyente. En general este nivel de viaje tiene un tema central (Ej: Yoga, Liderazgo, Emprendedurismo, etc) por lo cual se requiere tener alguna experiencia previa para que la naturaleza del grupo sea afín.
En las incomodidades propias de todo viaje, se apela a la auto-responsabilidad para cuidar por sobre todo la salud del grupo. Una buena comunicación es vital para poder acompañarse en estos viajes de autodescubrimiento.

"Si quieres llegar rápido ve solo,
Si quieren llegar lejos, ve acompañado"

Cada nivel de viaje tiene sus particularidades y sus beneficios.
Nosotros pensamos que el viaje es mejor solo, pero sabemos que lo que aprendemos en grupo nos lo llevamos a todos los terrenos de la vida. Por eso, salir de tu núcleo natural para convivir con personas que no te conocen, sirve de gran espejo para el autoanálisis.
Tenemos sugerencias para que consideres antes de suscribirte a un viaje grupal.

CUESTIONES PRÁCTICAS

PRECIO: U$S 2700 por persona -sin aéreo internacional- en habitación compartida inscribiéndote antes del 1/9/23 - Precio regular U$S 3100 - Cierre de inscripciones 1/11/23.
Mínimo de participantes: 16.

Extensiones adicionales:

- Conscious Leaders: 8 noches - U$S 1500 (solo en extensión).
- Taj Majal al Norte: 6 noches - U$S 1100 - Suplemento Single U$S 500.

***FECHA**: Comienza en India el 7 de enero y termina el 25 de enero 2024.
Si haces la extensión al Norte el 31 de enero 2024.
Si haces la extensión de Conscious Leaders termina el 2 de febrero 2024.

FORMA DE PAGO: U$S 500 de deposito para reservar y saldo en la fecha del viaje.
Pago a través de este link: https://tri.ps/2V0VI

INSCRIPCIÓN y RESERVA DE LUGAR:
a) Escribirnos por WhatsApp para una entrevista acá: https://wa.me/5491151130791
b) Completá tus datos y pagar la reserva acá: https://tri.ps/2V0VI

CONTACTO: +549 11 5113 0791 (solo WhatsApp)

GASTOS de CANCELACIÓN: dentro de los 90 días anteriores al viaje se cobrará el monto de los gastos incurridos. Más de 90 días antes de la fecha de viaje se cobraran U$S 300 de gastos administrativos.
En caso de cancelar la empresa por fuerza mayor, se pospone la fecha del viaje.

CAMBIOS O REPROGRAMACIÓN de las actividades: Nos reservamos el derecho de cambiar o reemplazar las actividades si por razones de fuerza mayor o mejor desarrollo del tour debiera esta secuencia ser alterada. Asumimos el consentimiento de los inscriptos, siendo esta nota aclaratoria suficiente adhesión al momento de inscribirse.

¡ESCRIBINOS HACIENDO CLICK ACÁ!

EL PRECIO INCLUYE

- Traslados grupales y transfer-in en privado
- Alojamientos con desayunos y taxes
- 21 comidas en total (almuerzos y cenas)
- 2 vuelos domésticos
- Clases y actividades
- Propinas

EL PRECIO NO INCLUYE

- Seguro de viaje obligatorio
- Aéreo internacional - Consultar desde tu ciudad de salida (el viaje inicia en Trivandrum (TRV) y finaliza en Chennai (MAA) o Delhi (DEL) - (si vas a la extensión del norte)

La selección de hoteles es una combinación de Ashram, escuelas con home stays, guest house y un hotel de lujo.
La intensión es expandir nuestra universo interno independientemente del confort externo.

UNA EXPERIENCIA NUTRIDA DE GURÚES QUE ASPIRA A PASAR DE LO MUNDANO A LO DIVINO, DONDE EL GRAN MAESTRO ES EL VIAJE.

Entendemos que los viajeros post-pandemia son más conscientes del valor del viaje individual, al mismo tiempo que respetan los beneficios de un viaje grupal.

Somos una empresa que no apoya el viaje en un guía, sino en un equipo de 2 facilitadores y asistentes locales, lo cual permite una experiencia más personalizada.

VIAJES CON ESPIRITU

Instagram: @viajes_con_espiritu
www.viajesconespiritu.com

ALMA JOURNEYS LLC USA
ALMA JOURNEYS PVT INDIA