

Retiro de 3 Días Dham Dham
Wellness

Regresa al Centro



¿Qué es el Retiro Dham Dham Wellness?

Calma y Reconexión

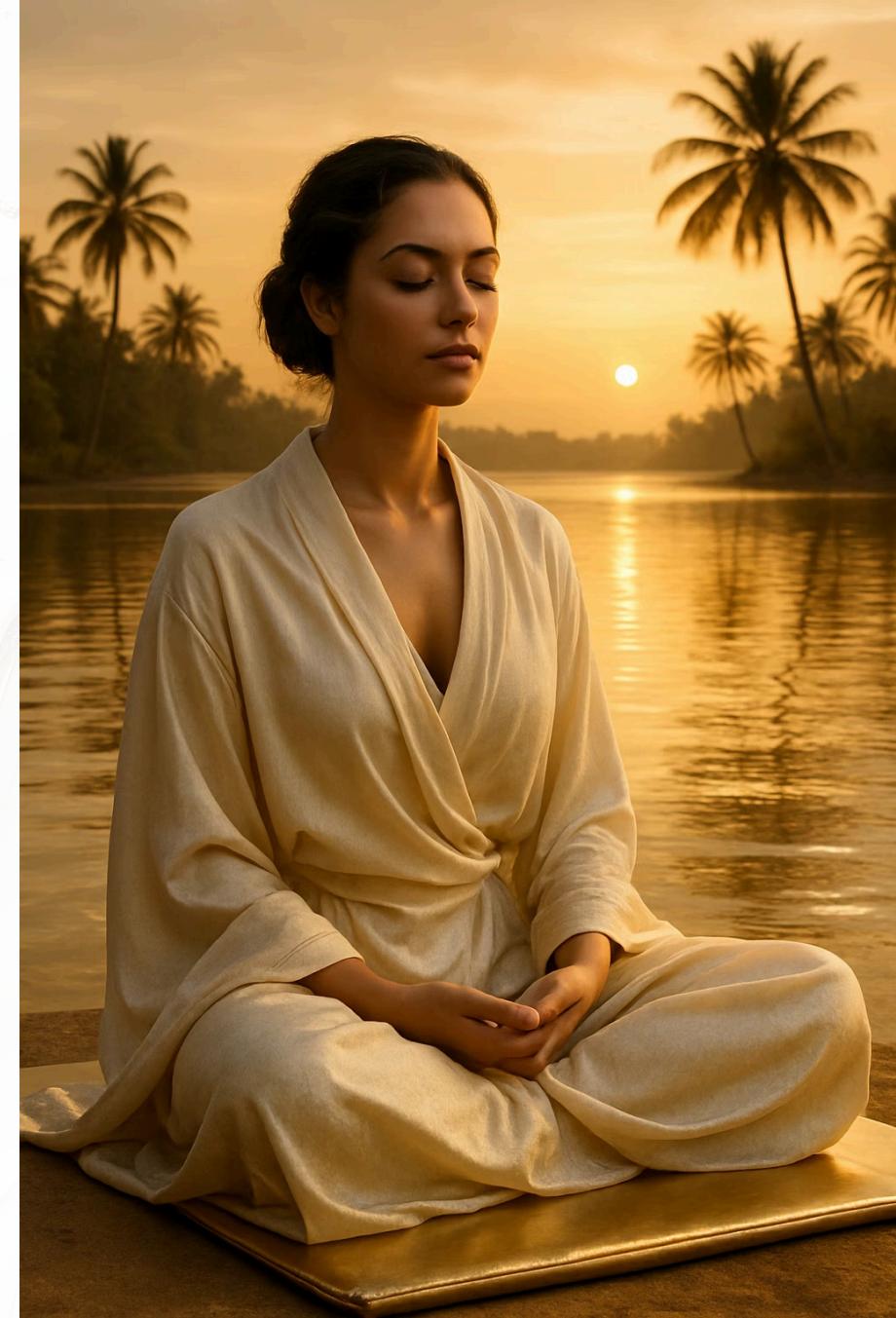
Una experiencia de tres días para calmar la mente, soltar el ritmo acelerado y reconectar con tu esencia más auténtica.

Prácticas Transformadoras

Técnicas que enraízan en el cuerpo, regulan el sistema nervioso y despiertan la sabiduría interior a través de métodos ancestrales.

Reset Integral

Un espacio sagrado para un reset físico y mental, perfecto para descanso, claridad o una introducción profunda a la espiritualidad.



Día 0: Llegada y Conexión Profunda



Hospedaje de Lujo

Te recibimos con una noche de antelación para que organices tu agenda con tranquilidad. Check-in en habitación de lujo diseñada para máxima comodidad y descanso.



Apertura Ceremonial

Sesión inicial de apertura guiada por expertos para centrar la mente y establecer intenciones. Círculo de palabra y presentación para crear conexión grupal.

Día 1 y 2: Prácticas y Experiencias Transformadoras



Despertar Consciente

Dinámica de introspección especial con té preparado especialmente antes de nuestra primera práctica del día.



Yoga Integral (2 hrs)

Recorrido completo hacia Samadhi: Pranayama, Asanas, Meditación y relajación profunda, cerrando con Kirtan o baño de frecuencias.



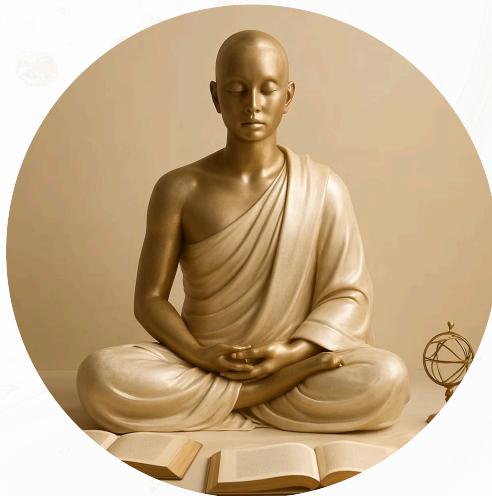
Alimentación Consciente

Desayuno y lunch especial diseñado para mantener la conexión profunda y nutrir el cuerpo de manera integral.



Exploración de Consciencia

Herramientas de filosofía, estudio de textos sagrados y descubrimiento de tu verdadera esencia interior.



Desarrollo de Consciencia

Técnicas milenarias de gran relevancia en tiempos modernos.



Tiempo Libre

Finaliza con reflexión al atardecer y cena en tu lugar de preferencia.



Día 3: Integración y Renovación

Meditación Matutina

Sesión final para consolidar toda la calma y claridad cultivada durante el retiro.

Reflexión Compartida

Espacio sagrado para reflexionar y compartir los aprendizajes más significativos de la experiencia.

Despedida Renovadora

Cierre ceremonial con sensación de renovación completa y herramientas prácticas para continuar el camino.



Lo que Recibirás en el Retiro



Hospedaje Premium

3 noches en habitación de lujo con todas las comodidades necesarias para tu descanso y renovación.



Alimentación Consciente

Desayunos, comidas y cenas nutritivas y equilibradas, diseñadas especialmente para apoyar tu proceso de transformación.



Asistencia Personalizada

Acompañamiento dedicado en cada paso de tu experiencia, con instructores expertos en Yoga y Meditación.



Talleres y Rituales

Experiencias transformadoras que fomentan la integración profunda y el bienestar integral de cuerpo, mente y espíritu.



¿Para Quién es Este Retiro?



En Momentos de Transición

Perfecto para personas que buscan inspiración, claridad y una nueva perspectiva en su camino de vida.



Necesitas Desconectar

Ideal si deseas un espacio para alejarte del estrés cotidiano y reconectar profundamente contigo mismo.



Abierto al Cambio

No importa tu nivel de práctica: lo esencial es la disposición a escucharte y abrirte genuinamente al cambio.

Beneficios Clave del Retiro

Reducción del Estrés

Disminución significativa de estrés y ansiedad através de técnicas milenarias comprobadas.

Conexión Profunda

Reconexión auténtica con la naturaleza y despertar de tu sabiduría interior más genuina.



Claridad Mental

Mayor claridad mental y emocional para tomar decisiones más conscientes y alineadas.

Renovación Integral

Renovación física y mental através de la perfecta combinación de prácticas ancestrales y modernas.

Reserva tu Lugar y Transforma tu Vida



Sitio Web

Visita:

dhamdhamwellness.com/retiro
s



WhatsApp Directo

Contacta tu organizador
personalmente al **+52 442 122
65 05**



Correo Electrónico

Envía tus dudas a:

dhamdhamwellness@gmail.com



*Los costos dependen de la locación y pueden variar

Políticas de Cancelación

1 Cancelación con 30 días de anticipación

Reembolso completo del 100% del pago realizado, sin penalizaciones ni cargos adicionales.

2 Cancelación entre 15-29 días

Reembolso del 75% del pago total. El 25% restante se retiene como gastos administrativos y de coordinación.

3 Cancelación entre 7-14 días

Reembolso del 50% del pago realizado. Posibilidad de reprogramar para futura fecha sin costo adicional.

4 Cancelación con menos de 7 días

No se realizan reembolsos debido a compromisos confirmados con proveedores y preparativos específicos del retiro.

