

Sobre

AMARA VALLEY



go
Yoga!
PRO

Formación de Profesor@s de Yoga

28 de Sep al 17 de Oct de 2022

Sobre Amara Valley

Porqueres, Girona

Amara Valley es un precioso centro de retiros a una hora y media de Barcelona, junto al Lago de Banyoles.

Este centro rústico está situado en un enclave idílico, con instalaciones al aire libre, piscina panorámica, sauna finlandesa y una luminosa shala de 120 m².



Espacios de
Práctica





 **Dharma Shala:**

Espacio de 120m² con cálido suelo de madera maciza y rodeado de bosque, donde tendrán lugar la mayoría de las prácticas y clases de este curso de formación.

 **Moon Space:**

SALA DE MEDITACIÓN, CEREMONIAS y TERAPIAS
La sala de meditación se encuentra al lado de la piscina. En este bonito y acogedor espacio con vistas al Valle, tendrán lugar las prácticas más íntimas e introspectivas.

 **Al aire libre:**

Amara Valley cuenta con un espacio de práctica al aire libre, para poder conectar con nuestra práctica en plena naturaleza.



Alojamiento





Las Habitaciones:

Hay 8 habitaciones en el edificio principal. Pueden tener una cama doble, 2 camas individuales o literas para hasta 4 personas. Hay 6 baños compartidos ubicados fuera de las habitaciones (2 en cada piso).



Las Suites Rustic Modern:

Son 2 suites dobles grandes, con baños en-suite. Son completamente independientes de la casa principal, con entradas privadas.



La Suite Camarote:

Esta suite doble es más íntima, con baño en-suite y entrada privada. Aquí el diseño es minimalista y acogedor a la vez, perfecto para uso individual o para una pareja que quiera más privacidad.



Entorno





Alojamiento:

Regardless of the venue, musicians usually perform on a stage (if not actual then an area of the floor designated as such). Concerts often require live event support with professional audio equipment.



Shala:

Regardless of the venue, musicians usually perform on a stage (if not actual then an area of the floor designated as such).



Comida:

6000 Attendance of various segmentation



A tu disposición:

123 Anywhere St., Any City



La Casa





El Entorno:

La tierra en Amara es mágica, y os invitamos a explorar los terrenos. Hay muchos rincones especiales ideales para meditaciones, prácticas y actividades al aire libre, o simplemente para relajarse y caminar en la naturaleza.

La Biblioteca:

La biblioteca, con más de 100 volúmenes sobre Yoga, está a tu disposición. Puedes tomar prestados los libros que quieras leer, y devolverlos al final de tu estancia.

La Sala de Estar:

En una de las esquinas de la sala hay una cómoda y acogedora zona de relax, con estufa de leña para los meses con más frío.



La Comida





Comida:

La cocina de Amara te proporcionará una nueva percepción de la comida sana.

Disfrutaremos tres deliciosas comidas o veganas al día, en estilo buffet. L@s chefs en Amara Valley son reconocidos por la excelente calidad de sus comidas y su atención al detalle.

Fresco de temporada:

Las comidas están diseñadas con ingredientes de temporada producidos localmente, para crear platos llenos de sabor, color y abundancia nutricional.

Dietas Especiales:

Avísanos para poder atender tus necesidades dietéticas especiales - sin trigo, sin gluten, celíacos, alergias, etc.



Mimos y
Cuidados





Masaje y Terapias:

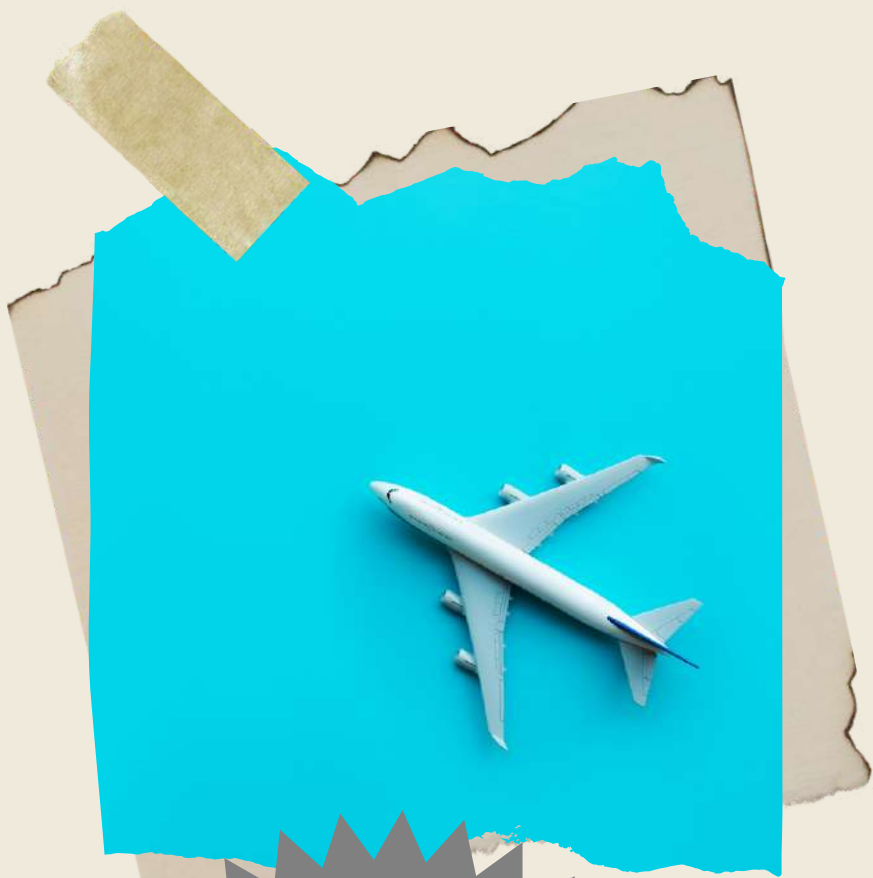
Podrás reservar masajes, terapias y sesiones de trabajo corporal, así como coaching de nutrición y salud y terapia con caballos con el equipo de terapeutas profesionales de Amara Valley, según disponibilidad.

Sauna:

Amara Valley dispone de una sauna tradicional finlandesa, con capacidad para 12 personas, que puede utilizarse bajo previa reserva y abono del coste adicional de este servicio.

Clases de Cocina:

¡Llévate de vuelta tus recetas favoritas para compartirlas con l@s tuy@s!



Cómo llegar



Aeropuerto:

Los aeropuertos más cercanos son:

- Aeropuerto Internacional de Girona
- Aeropuerto Internacional de Barcelona

Taxi:

Amara está ubicada a:

- 15 minutos de Banyoles
- 45 minutos del aeropuerto internacional de Girona y de Girona ciudad
- 100 minutos del aeropuerto internacional de Barcelona y de Barcelona ciudad

Transporte Público:

Hay servicios de autobús muy fiables que circulan diariamente desde Barcelona o Girona a Banyoles. Puedes encontrar los horarios aquí:

TEISA:

www.teisa-bus.com

932 153 566

CURSO DE
FORMACIÓN DE
PROFESOR@S DE
YOGA. 200 HRS.

AMARA VALLEY. 06 AL 25 DE OCTUBRE
DE 2022

go
Yoga!
PRO