

RETIRO DE ASHTANGA YOGA

IBIZA 19-26 Julio'09 / 26 Julio - 02 Agosto'09



**ASHTANGA YOGA CON ANURAG VASSALLO Y BORJA ROMERO VALDESPINO
EN EL CENTRO DE ASHTANGA YOGA IBIZA (San Miguel)
CON ALOJAMIENTO EN UNA BONITA CASA IBICENCA Y DELICIOSA COMIDA VEGETARIANA**



CADA SEMANA INCLUYE (Yoga + Alojamiento + Comidas)

6 clases de Ashtanga por la mañana (de lunes a sábado)

2 clases de alineamiento por la tarde

2 meditaciones guiadas

Pase Película + Clase de cocina vegetariana

COMIDA VEGETARIANA: 6 desayunos (lunes a sábado) **4 cenas** (lunes a jueves)

Semana 1: domingo 19 a domingo 26 de julio

Semana 2: domingo 26 julio a domingo 02 de agosto

Incluye: Alojamiento 7 noches (llegada domingo a partir de las 12h / salida domingo antes de las 12h)



Precio del curso:

Yoga + Alojamiento + Comidas

650€ hab. doble / 550€ hab. triple-cuadruple / 450€ camping

Reserva de plaza: 350€

(Plazas limitadas)

Contacto:

Madrid : www.ashtangayogamadrid.com

info@ashtangayogamadrid.com

91 369 00 33 - 667 65 26 00

Ibiza www.ashtangayogaibiza.com / 97 133 47 08

Anurag Vasallo ha practicado Yoga durante 28 años y Ashtanga Yoga los últimos 14.

En 1996 viajó a India para estudiar con el maestro Sri K. Patthabhi Jois. Actualmente sigue viajando a Mysore para continuar su práctica y mostrarle su respeto. Anurag ha completado el curso de formación de profesores impartido por Graeme Northfield.

Borja Romero Valdespino viaja regularmente a Mysore, India desde el año 2000 donde estudia Ashtanga Yoga con Pattabhi Jois y su nieto Sharath Rangaswamy. En 2005 recibió la autorización de Sri K. Patthabhi Jois para enseñar Ashtanga Yoga.

Ha complementado los estudios en Mysore con diversos profesores como: Rolf Naujokat, David Swenson y Graeme Northfield.

Paralelamente ha practicado Iyengar y Anusara Yoga con John Friend. En 2008 terminó el ciclo de formación de profesores de Anusara Yoga impartido por Jayendra Hanley. Actualmente se dedica a la enseñanza de Ashtanga Yoga en Madrid.