

CURSO residencial DE MEDITACIÓN RAJA YOGA

Teoría y práctica para
mejorar tu concentración,
bienestar y fortaleza interior

PRECIO:

Las actividades de Brahma Kumaris se ofrecen como un servicio voluntario a la comunidad. La aportación, por persona, para sufragar los gastos del retiro es de:

255€ en habitación individual

210€ en habitación doble



Límite de inscripción:
5 de octubre

RESERVA DE PLAZA:

La reserva queda en firme una vez entregada la inscripción y hecho el pago en los centros en Barcelona de c/ Porta 9 o c/ Roger de Llúria 54.

Si no puede hacerlo así, por favor escriba a **retiros@aembk.org** e indique la población en la que reside por si hemos de facilitarle información adicional para el viaje al retiro.

A la **Casa d'Espiritualitat Marc Castanyer** se puede llegar en coche (c/ Marc Castanyer s/n, 08550 Balenyà, Barcelona). También es posible ir en bus hasta Centelles y luego en taxi hasta la casa.



AUTOBÚS

Autobús directo a Centelles (a 3 km de la casa de retiros) desde la Estación de Fabra i Puig en Barcelona cada 30 min. (trayecto de una hora aproximadamente).

En nuestra web puede encontrar los pdf con los horarios del autobús y la localización de las paradas:
<https://brahmakumaris.es/actividades/agenda/retiros>



TAXI

Para el trayecto de Centelles a la casa:
Cristina Parramón: +34 617 60 24 56.
Precio 10 €.



<https://brahmakumaris.es/actividades/agenda/retiros>
retiros@aembk.org



**CASA D'ESPIRITUALITAT
MARC CASTANYER**
c/ Marc Castanyer s/n
08550 – Balenyà (Barcelona)



TEMAS PRÁCTICOS

- Esperamos vuestra llegada a la casa de retiros a partir de las 17h del viernes 9 de octubre.
- A las 18h se iniciará el retiro con la primera sesión.
- Finalizará el lunes al mediodía, después de la comida.
- Llevar libreta-diario para tomar apuntes.
- Se recomienda llevar ropa cómoda (preferiblemente clara).
- Las habitaciones disponen de sábanas y toallas, pero hay que llevar los productos de aseo personal.
- La comida es vegana.

La Asociación Brahma Kumaris es una organización sin ánimo de lucro que ofrece sus actividades de forma altruista como un servicio a la comunidad.

Ofrece cursos y conferencias sobre meditación y desarrollo personal con el fin de ayudar a las personas a explorar su propia espiritualidad y encontrar paz y serenidad en sus vidas.

Se financia únicamente con las aportaciones voluntarias de los socios, estudiantes y simpatizantes de la Asociación.

Web para donaciones: barcelona.aembk.net