

Retiro

RE:CONECTA en familia

Naturaleza • Yoga • Mindfulness • Juego



9 & 10 Abril
Semana
Pascua

Familias con
niñ@s de
3-10 años

Tiempo de
presencia para
grandes y
pequeños

RE:CONECTA en familia

*Este retiro está hecho con mucho amor para familias que quieran **desconectarse** de la rutina diaria, de la tecnología, de las prisas y **conectar** con sus hij@s desde la consciencia plena, nutriendo cuerpo, mente y alma.*

Qué incluye nuestro retiro:

- **Hospedaje en Recinta** (Lagunas de Servín, Amealco). Un lugar mágico en medio del bosque con diseño ecológico y autosustentable. Opción de Glamping, Bungalow o Cabaña (dependiendo del # de personas)
 - A 1 hora 50 min. de Querétaro. [Link con ubicación](#)
- **Alimentos**
- **Fogata**
- **Todos los materiales** para las actividades y manualidades
- **Regalitos** extra para la familia:
 - **Guía digital** para integrar lo del retiro en la rutina familiar, con ejercicios de mindfulness.
 - **Stickers** con afirmaciones para niñ@s
 - **Imán** de la oración de la comida Mindful

Precio adulto
\$3100

Precio niñ@
\$2700

RE:CONECTA

Itinerario

Beneficios de las actividades que haremos

Este retiro es una invitación a bajar el ritmo, soltar el estrés y volver a la calma, cultivando una presencia más amorosa y consciente. A través de las actividades que compartiremos, se abre un espacio para reconectar con el cuerpo, nutrir el bienestar físico y emocional y disfrutar plenamente el momento presente. Es una experiencia pensada para fortalecer los vínculos familiares, crear recuerdos significativos y llevarse una sensación de equilibrio, descanso y renovación que abrace tanto a grandes como a pequeños.

Día 1

9 am Check-in

- Juego de Integración
- Snack & caminata en el bosque
- Actividad: Cuaderno del explorador
- Mindfulness al comer
- Comida
- Mind in a Jar + actividad
- Yoga & mindfulness en familia
- Cena
- Fogata, canciones y agradecimientos del día

Día 2

- Desayuno
- Caminata en el bosque + recolección piedras
- Yoga & mindfulness en familia
- Actividad: Piedras con afirmaciones
- Mindfulness al comer
- Comida
- Cierre y agradecimiento
- Exploración y juego libre/ Empacar

5 pm Check-out

Guías del retiro

RE:CONECTA

danni caly



Soy pedagoga, experta en el desarrollo de la primera infancia y me dedico a dar clases de Yoga y Mindfulness a niñ@s y familias en Qro, asesorías en crianza y talleres para mamás y papás.

Hace 5 años soñé con crear un retiro en el que pequeños y grandes pudieran vivir una experiencia de conexión con la naturaleza, con ustedes mismos y sus familias practicando herramientas como el Yoga, Mindfulness, mientras comen saludable y delicioso y disfrutan de la naturaleza y sus beneficios para la salud .

**MICHELLE
RODRÍGUEZ**



Soy terapeuta de lenguaje y aprendizaje, especializada en los primeros años de vida. Acompaño a familias e infancias en procesos de comunicación y desarrollo, siempre tomando en cuenta la conexión emocional y un enfoque integral y respetuoso.

Además, soy instructora de yoga certificada, lo que me permite incorporar herramientas de respiración, atención plena y conciencia corporal en mis intervenciones; especialmente en este retiro de familias, que busca favorecer la conexión y el bienestar físico, mental y emocional, de grandes y pequeños.

Conoce Recinta









