

RETIRO *tu paz* INTERIOR

Sana tu cuerpo | Relaja tu mente | Equilibra tu espíritu



BALANCE MENTORS es un proyecto que surge con el propósito de lograr un balance en la vida de las personas. Somos un equipo de mentores que buscamos trabajar desde la felicidad: colaboramos codo a codo para avanzar cada paso, de corazón a corazón, inspirando a miles de personas a tener un equilibrio en los 3 pilares fundamentales de la vida: salud mental, física y espiritual.

Logramos nuestros objetivos a través del arte, la ciencia y la espiritualidad, siempre utilizando nuevas formas de pensar para accionar.



RETIRO *Tu Paz* INTERIOR

Sana tu cuerpo | Relaja tu mente | Equilibra tu espíritu

12 al 15 de octubre de 2023
Rancho Los Naranjos,
San José del Cabo, B.C.S

\$ 16,800.00 MXN

Incluye:

Hospedaje

Alimentos

Traslado de punto de encuentro a
Rancho los Naranjos y regreso a Aeropuerto

CALENDARIO DE ACTIVIDADES

Horario	Jueves 12 de octubre	Viernes 13 de octubre	Sábado 14 de octubre	Domingo 15 de octubre	
6:30		Café, té y colación	Café, té y colación		
7:00 - 8:00		Meditación guiada	Dinámica grupal El camino del Corazón	Desayuno y despedida	
8:00 - 9:00		Vinyasa Yoga		Desayuno	Salida
9:00 - 10:00		Desayuno		Alimento medicinal	
10:00 - 11:00			The inner peace roadmap (Mindfulness)	Break	Transporte a Aeropuerto
11:00 - 12:00				How to feel whole and complete (Mindfulness)	
12:00 - 13:00			Alimentación ayurvédica		
13:00 - 14:00			Break	Vinyasa Yoga	
14:00 - 15:00			Comida menú vegetariano		
15:00 - 16:00		Reunión en punto de encuentro		Comida menú vegetariano	
16:00 - 17:00	Transporte a Los Naranjos	Hiking			
17:00 - 18:00	Instalarse en habitaciones	Chi kung	Hiking, manantiales		
18:00 - 19:00	Bienvenida y dinámica de encuentro	Yin Yoga	Be whatever you already are (Mindfulness)		
19:00 - 20:00	Cena	Cena y cata de vino			
20:00 - 21:00			Cena con fogata y vino		
21:00 - 22:00	Fogata / Tiempo libre	Fogata / Tiempo Libre			

Simbología

▶ Transporte
 ▶ Alimentos
 ▶ Talleres/Actividades
 ▶ Otros

*Las actividades y el calendario pueden cambiar sin previo aviso.



RETIRO *tu Paz* INTERIOR

Sana tu cuerpo | Relaja tu mente | Equilibra tu espíritu

En este Retiro las y los asistentes encontrarán un espacio en plena coexistencia con la madre naturaleza; un lugar que nos invita a reflexionar y redescubrir nuestras propias raíces.

A lo largo de 4 días realizaremos distintas actividades y sesiones relacionadas con la meditación, nutrición, yoga, aromaterapia, sound healing, mindfulness, entre otras, para un equilibrio en nuestro ser a través del arte, la ciencia y la espiritualidad.

ANNI Scott



Amante de la naturaleza, peregrina de la vida, terapeuta y instructora, **Anni** se lanza desde Sudafrica al mundo. Su búsqueda de experimentar los misterios divinos la lleva a conocer chamanes, videntes, lamas y diversos maestros espirituales en Africa, Europa, Asia y América. Con 26 años viviendo en México, practica **Ontogony**, un camino espiritual de realización del ser. Recibe enseñanzas e iniciaciones budista, tantra, taoista, kabbalah y chamanismo. Estudia artes marciales, tarot y terapia psicocorporal.

Ofrece un mandala de enseñanzas en su medicina del alma:

Chi Kung

Meditación

Terapia Integradora

Tarot Terapia

Visualización guiada chamánica

Danza Sagrada Circular

En sus consultas, talleres y retiros comparte prácticas, intuiciones y sabiduría con humor, presencia y compasión. El camino del corazón ofrece **Amor, Gozo y Gratiitud**. Invita a desenredar los nudos que nos quita la libertad de ser, a conectar con las bendiciones que nos rodea, abrir el corazón y experimentar nuestra esencia divina en la vida diaria.

NOAH *Rasheta*

Maestro budista, ministro laico y autor de libros, conocido mundialmente por su podcast **“Secular Buddhism”**.

Enseña filosofía budista en cursos en línea y en talleres en todo el mundo.

Su objetivo es enseñar los fundamentos de la filosofía budista, integrando las enseñanzas budistas con la ciencia moderna, el humanismo y el humor. Vive en Kamas, Utah, con su esposa y sus tres hijos.

Noah empezó a grabar su podcast conocido a nivel internacional, porque quería compartir las enseñanzas y los conceptos budistas que fueron fundamentales en su propia vida y lo ayudaron a encontrar una mayor paz interior.

Aparte del podcast, vuela parapentes motorizados y tiene una escuela de vuelo. Actualmente también se desempeña como presidente de la Asociación de parapente motorizado de EE. UU.



LOREN Villalobos



Psicóloga por casi 30 años, **Coach de Salud y Nutrición Integral** por el INSTITUTE OF INTEGRATIVE NUTRITION (IIN,NY).

Su enfoque se basa en considerar al Ser Humano como un ser integral, ya que somos seres conectados a nivel físico, mental, emocional y espiritual. Para sanar se necesita trabajar en esta integración, sanando desde adentro en nuestra capacidad de conectarnos con nuestro ser interno, nuestros pensamientos y emociones.

En este camino a lo largo de su carrera comprendió que al trabajar de manera integral, los procesos de sus pacientes avanzaban mucho más rápido. Así que decidió convertirse en **Maestra Reiki**, método basado en energía vital universal.

Poco a poco se fue interesando más, certificándose en diferentes áreas de la Medicina Alternativa como: Terapia de Cuarzos, Terapia Floral, Biodescodificación, Reflexología, Medicina Ayurvédica, Barras de Access, Terapia Cuántica, entre otras.

Ha sido un hermoso recorrido donde ha podido ayudar a cientos de pacientes a través de su práctica privada en psicoterapia y ahora también a través de su libro: **El arte de sanar...una mirada hacia tu interior.**

FERNANDO *Magallón*

Yoga Master

Certificación Vinyasa Yoga 200 horas en International Association of Yoga Yoghismo (AIYY) - Yoga Alliance

Certificación de flujo Bhakti Vinyasa

Profesor de Yoga en Yoga District

Practicante de yoga desde 2012

