

## ריטריט בכפר רופין 12-14 למאי 2022

בהנחיית פז ביקל ואנאל מוטולה

פירוש המילה ריטריט הוא "נסיגה"

לקחת צעד אחורה מהתנועה היומיומית, השגרה, ההרגלים

ולפנות את עצמינו להתבוננות, שהייה, ותנועה נטולת כוונה להשיג,

אלא לאפשר מפגש עם עצמינו במרחב תומך ופתוח.

הריטריט מתקיים בכפר ארוח מקסים, שקט וטובל בנוף מרהיב ופתוח לעבר הרי ירדן.

**הסדנה כוללת:**

\* שיעורי פילאטיס

\* שיעורי יוגה, מדיטציה ותרגילי נשימות

\* התנסות בצלילים מרפאים

\* פעילות קבוצתית/ טיול באזור

**אירוח:** האירוח בחדרים של 2 .

מתחם החדרים מיועד רק למשתתפי הריטריט, כמו כן אולם השיעורים לרשותינו בלבד לאורך כל הריטריט.

הארוחות צמחוניות וחמות, ובארוחת בוקר פירות ושתייה חמה .

עלות הריטריט : 1,900 ₪ לאדם בחדר זוגי. התשלום עד **28/4/2022** .

למקרה של ביטול, עד 1/5 , יוחזרו 75% מהתשלום.

לאחר 1/5 לא יהיה זיכוי על ביטולים.

0505691679 ☺פז

מוזמנים להיכנס ללינק של מקום הארוח

<https://birdwatching.org.il/>