

# RETIRO DE ASHTANGA YOGA

IBIZA del 15 al 22 y del 22 al 29 de agosto 2010



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 de película + Clase de cocina vegetariana

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

Semana 1: domingo 15 a domingo 22 de agosto

Semana 2: domingo 22 a domingo 29 de agosto

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



Precio del retiro:

Yoga + Alojamiento + Comidas

**830€ habitación doble**

**Reserva de plaza: 400€**

(Plazas limitadas)

Contacto:

**Madrid :** [www.ashtangayogamadrid.com](http://www.ashtangayogamadrid.com)

[reservas@ashtangayogamadrid.com](mailto:reservas@ashtangayogamadrid.com)

91 369 00 33 - 667 65 26 00

**Ibiza** [www.ashtangayogaibiza.com](http://www.ashtangayogaibiza.com) / 97 133 47 08

**Anurag Vasallo** ha practicado Yoga durante 29 años y Ashtanga Yoga los últimos 15.

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 para estudiar Ashtanga Yoga con Pattabhi Jois y su nieto Sharath Rangaswamy. En 2005 recibió la autorización de Sri K. Patthabhi Jois y Sharath para enseñar Ashtanga Yoga.

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

Paralelamente ha practicado yoga 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.