



YOGA & BRUNCH SERIES

Conecta con la luna

Te invitamos a una experiencia mensual de bienestar en el Wellness Centre de Camiral, guiada por Sara Juan, especialista en yoga Navakarana Vinyasa. Cada sesión sigue el ritmo de las fases lunares y combina movimiento consciente, rituales de agua y una propuesta gastronómica saludable y de temporada.



10:00 (60 min) **Navakarana Yoga**

Movimiento y respiración para recuperar el equilibrio, la fuerza y la calma interior.

11:00 (60 min) **Experiencia Termal**

Disfruta de nuestra zona de aguas con acceso a piscinas de hidrote-rapia, sauna, baño de vapor y más.

12:30 (60 min) **Healthy Brunch**

Recarga energías con un brunch saludable y delicioso en nuestra Wellness Kitchen.

Precio: 60 € por persona
Plazas limitadas · Reserva previa

FASES LUNARES

Luna Creciente
Crecimiento y expansión
3 mayo · 27 septiembre

Luna Menguante
Soltar y depurar
19 julio · 15 noviembre

Luna Nueva
Introspección y descanso
*21 junio · 18 octubre ·
20 diciembre*

Luna Llena
Energía en su punto más alto
9 agosto



HAZ CLICK AQUÍ para reservar o contacta:
wellness@camiral.com +34 972 181 022
www.camiral.com