

Sanación ancestral  
para la mujer moderna.

# AYURVEDA Y SALUD FEMENINA

24 al 29 de noviembre **2025**

GAROPABA - SC - BRASIL



**¿Te imaginas un lugar donde puedas reconectar profundamente con tu sabiduría sagrada femenina, aprender a cuidarte de manera natural y disfrutar de la serenidad de la naturaleza?**

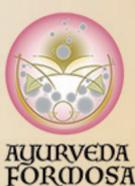
En el mágico **Centro de Yoga Montaña Encantada**, en Garopaba (Brasil), te espera un oasis de paz creado para mujeres que desean reconectar con su sabiduría interior y redescubrir su bienestar a través del Ayurveda.

Más que una escapada, es una experiencia transformadora: un espacio de belleza natural donde cuerpo, mente y espíritu se nutren, mientras compartís el camino con otras mujeres que, como vos, buscan equilibrio, autoconocimiento y plenitud.

**INFORMES:**

**+5493704040502**

[info@retirosayurvedicos.com](mailto:info@retirosayurvedicos.com)



COORDINAN:

**Dra Maria Nazaret Zorrilla**

**Dra Sandra Magirena**

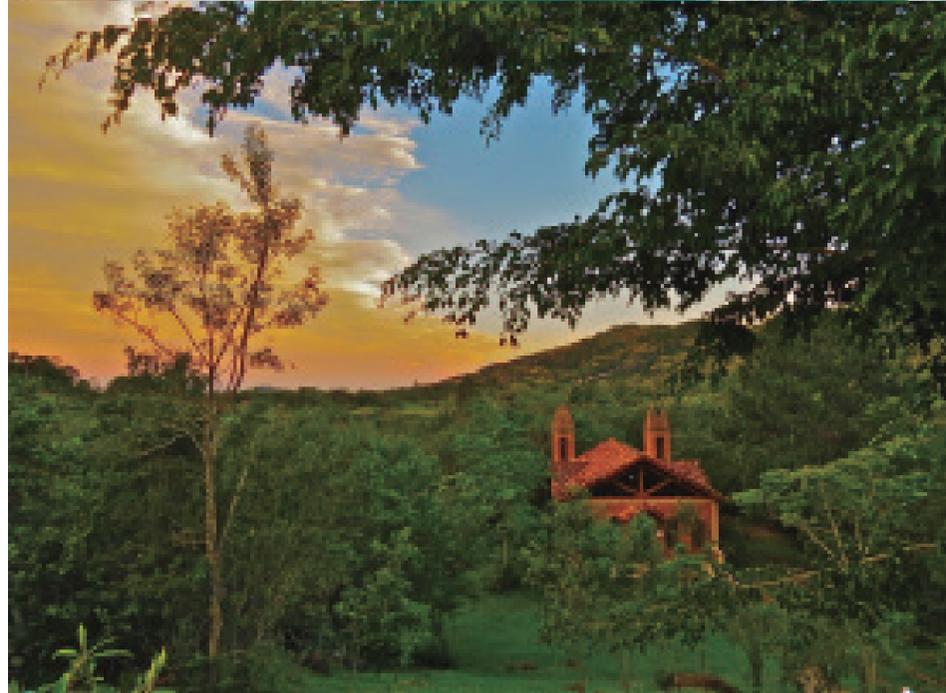
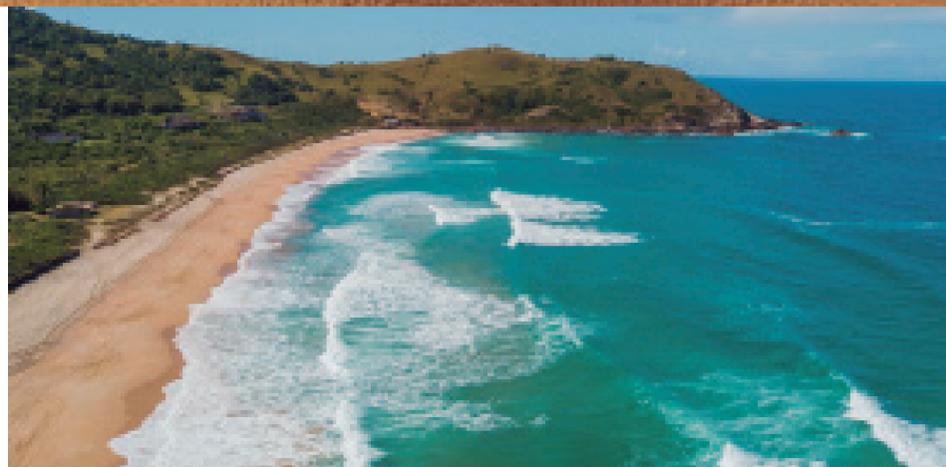


## EL LUGAR

GAROPABA - SC - BRASIL

Entre montañas y selva nativa del sur de Brasil, a pocos minutos del mar, este refugio ecológico invita a descansar, sanar y reconectar con la naturaleza. Con cabañas confortables, espacios para yoga y meditación, piscinas de aguas de vertiente y un centro de tratamientos ayurvédicos, cada rincón inspira calma y bienestar.

<https://yogaencantada.org/>



**Conoce más sobre MONTAÑA ENCANTADA**



[www.retiroseyurvedicos.com](http://www.retiroseyurvedicos.com)



## AYURVEDA Y SALUD FEMENINA

24 al 29 de Noviembre de 2025

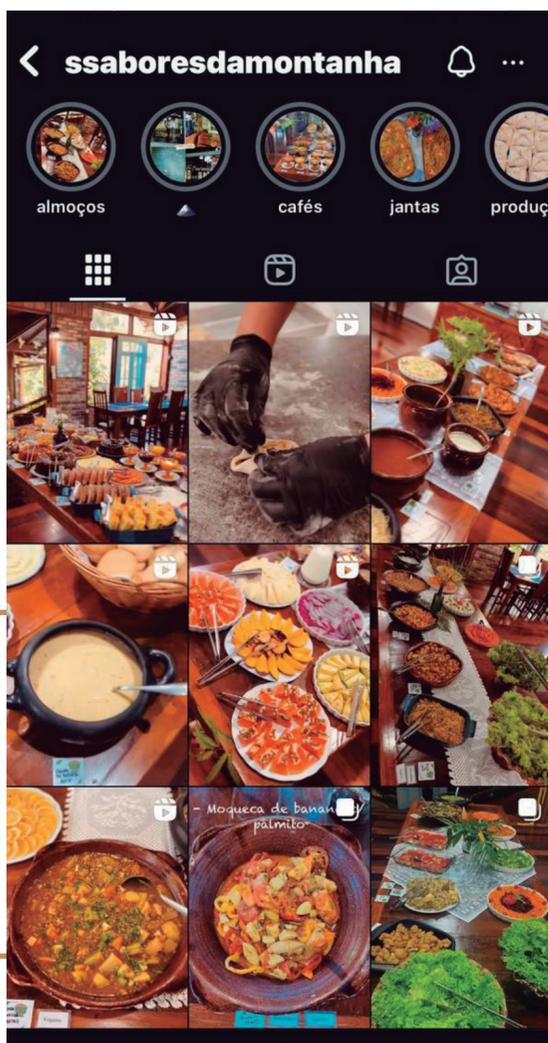
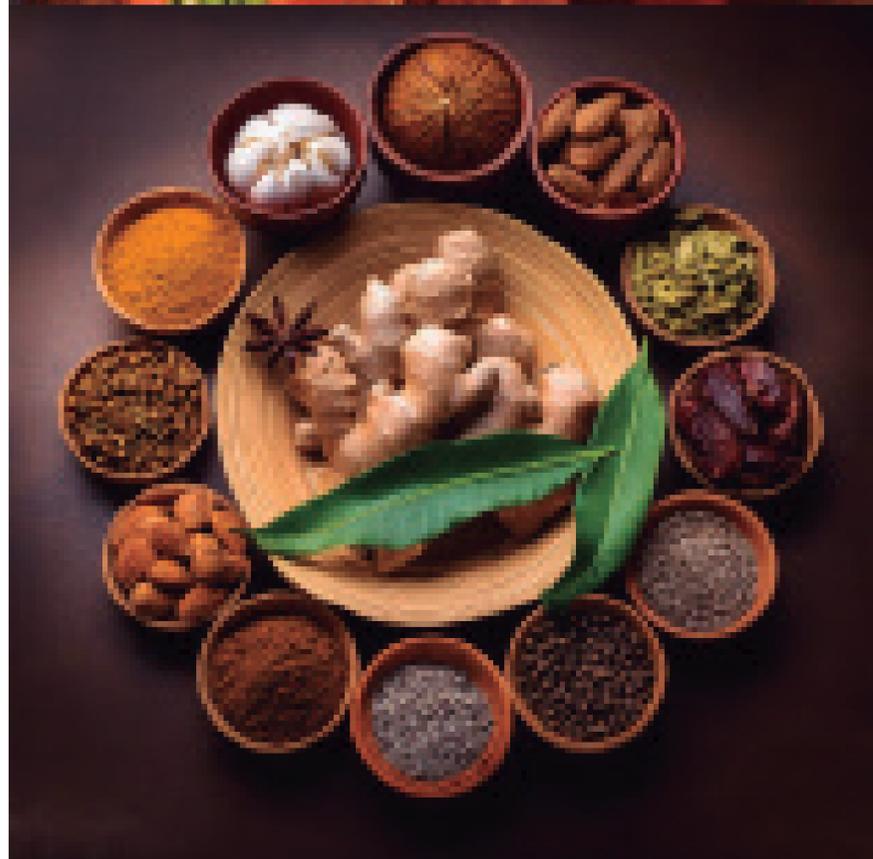
**GAROPABA - SC - BRASIL**

# LA ALIMENTACIÓN

Sabores de la montaña encantada.

Un equipo de cocineras expertas prepara, con dedicación artesanal, desayunos, almuerzos y cenas. Platos y dulces caseros, frutas tropicales, granolas, ghee de producción local y platos típicos brasileños adaptados a una cocina saludable y equilibrada. Servidas en un formato buffet generoso, estas creaciones invitan a nutrir cuerpo y espíritu mientras descubris nuevos aromas, texturas y recetas que podrás llevar a tu vida cotidiana.

Cada comida es una experiencia diseñada para armonizar bienestar y sabor. Nuestra propuesta ovo-lacto-vegetariana, inspirada en la sabiduría ayurvédica, incluye opciones sin gluten y sin lactosa, elaboradas con ingredientes frescos y cuidadosamente seleccionados.



**MAS FOTOS E INFORMACIÓN  
SOBRE LOS SABORES DE LA MONTAÑA**  
[@ssaboresdamontanha/](https://www.instagram.com/ssaboresdamontanha/)

# PROGRAMA GENERAL DEL RETIRO

(Vas a recibir el programa detallado y personalizado antes de comenzar el retiro)

## 1er DÍA

17.00 A 19.00 HS - *Ingreso y asignación de cabañas.*

19.00 HS - *Cena.*

20.30 hs - *Encuentro Bienvenida*  
*Actividad de apertura.*

## 2do al 5to DÍA

7.00 a 8.30 hs - *Práctica de Meditación y Yoga Integrativa.*

8.30 a 9.30 hs - *Desayuno.*

9.30 a 13.00 hs - *Actividades que irán variando según el día: charlas, clases, talleres, caminatas meditativas en la naturaleza, paseos a playas.*

13.00 a 14 hs - *Almuerzo.*

14.00 a 15.30 hs - *Tiempo Libre.*

15.30 a 19.00 hs - *Actividades que irán variando según el día: charlas, clases, talleres, caminatas meditativas en la naturaleza, paseos a playas.*

19.00 a 20.00 hs *Cena.*

20.30 a 21.30 hs - *Actividades de integración que irán variando según el día.*

## 6to DÍA

7.00 a 8.30 hs - *Práctica de Meditación y Yoga Integrativa.*

8.30 a 9.30 hs- *Desayuno*

9.30 a 13.00 hs -*Paseos (optativo).*

13.00 a 14.00 hs *Almuerzo.*

14.00 hs - *Salida*



Todas las actividades propuestas son optativas. Es nuestro mayor deseo que cada persona encuentre su manera más saludable de conectar consigo misma.



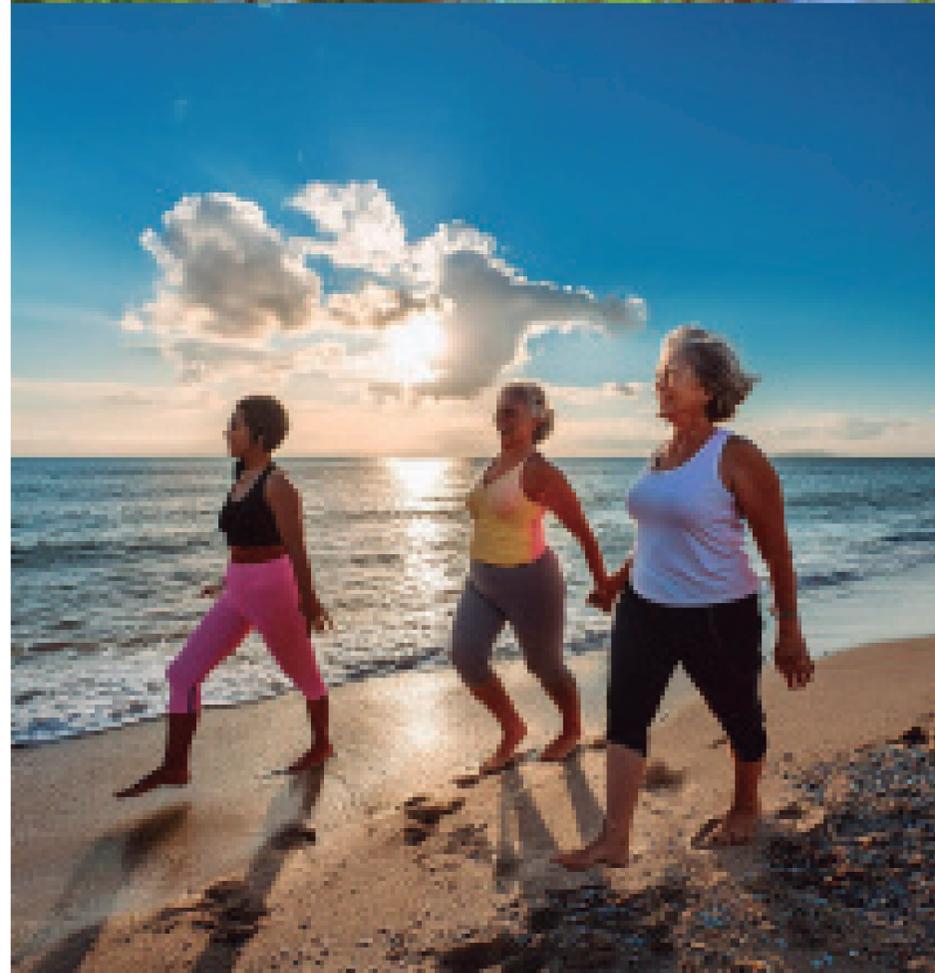
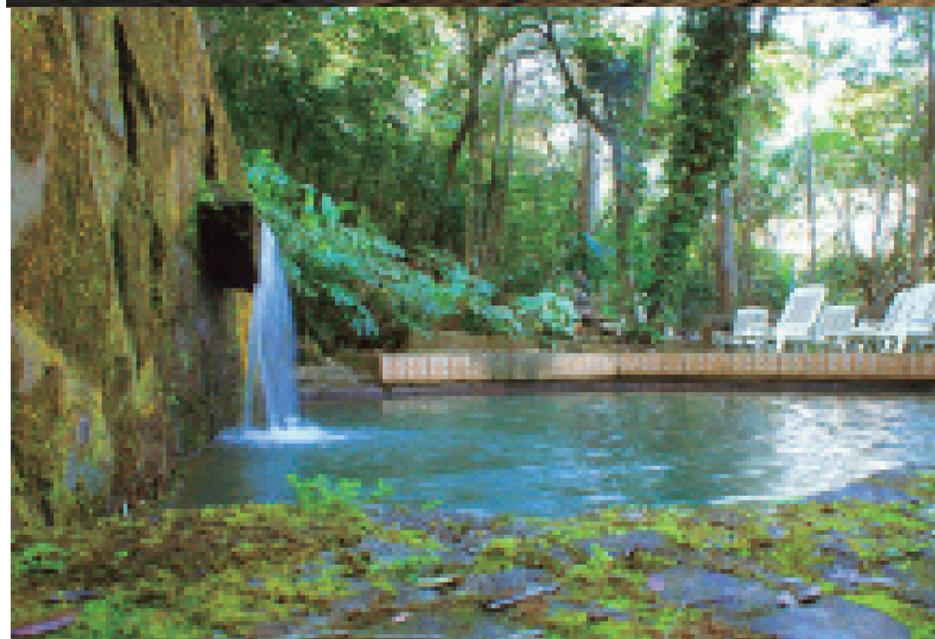
## AYURVEDA Y SALUD FEMENINA

24 al 29 de Noviembre de 2025

GAROPABA - SC - BRASIL

## ESTE RETIRO ES PARA VOS SI...

- Estás buscando cuidar tu salud de una forma natural.
- Querés mejorar síntomas relacionados con tu ciclo sexual.
- Te gustaría aprender herramientas naturales para transitar el climaterio y la menopausia.
- Te interesa aprender más sobre Ayurveda, Yoga y Tantra.
- Tenes hijas mujeres y querés aprender herramientas naturales para compartir con ellas.
- Querés mejorar tu alimentación.
- Necesitas descansar, nutrirte, conectarte con el mar, sentirte cuidada.
- Querés conectarte con mujeres que tengan intereses similares.



INFORMES:

+5493704040502

[info@retirosayurvedicos.com](mailto:info@retirosayurvedicos.com)

---

## AYURVEDA Y SALUD FEMENINA

24 al 29 de Noviembre de 2025

**GAROPABA - SC - BRASIL**

---

### EQUIPO DE PROFESIONALES



#### **DRA. MARIA ZORRILLA**

**INSTAGRAM: @dra.maria.zorrilla**

/ Médica de familia. Especializada en Ayurveda en la Universidad Maimónides de Buenos Aires y en la Dev Sanskriti University de Haridwar (India). También especializada en Homeopatía (AMHA) y Fitoterapia.

/ Dirige el centro médico ayurvédico "Ayurveda Formosa" en la ciudad de Formosa, Argentina, ofreciendo tratamientos médicos individuales, retiros y talleres de Ayurveda.



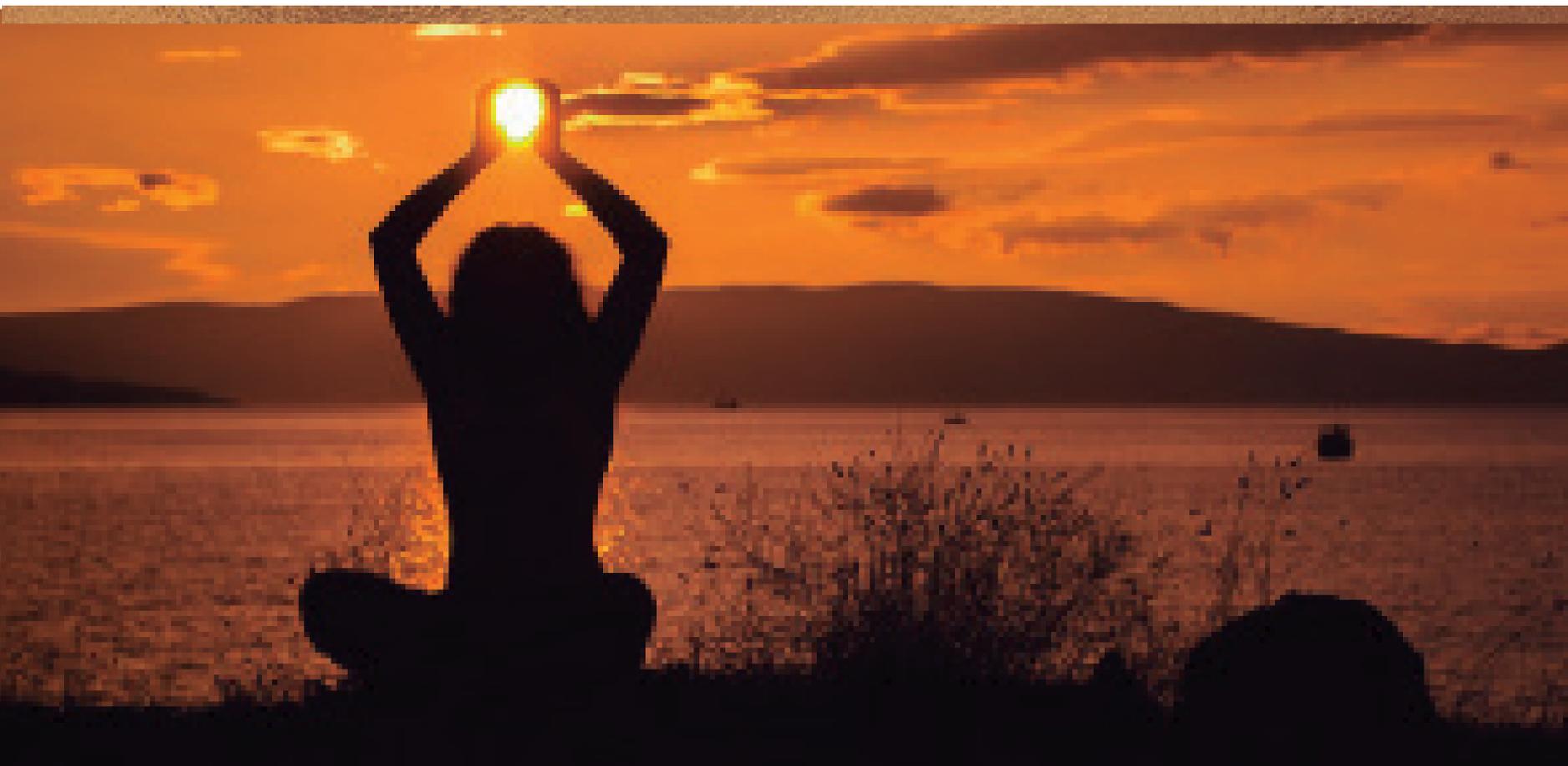
#### **DRA. SANDRA MAGIRENA**

**INSTAGRAM: @consultoriomagirena**

/ Médica Especialista Certificada en Ginecología y Sexóloga Clínica de la UBA

/ Especialista en Medicinas Integrativas. Ayurveda Dev Sánscurity University y AVP University (India). Homeópata Unicista (AMHA).

/ Autora del libro "Regreso a mí. Vivir una menopausia consciente".





## EL RETIRO INCLUYE

---

- **5 NOCHES DE ALOJAMIENTO** en cabañas individuales, dobles o triples con baño privado.
- **1 CONSULTA MÉDICA** ayurvédica (online) previa al retiro.
- **3 COMIDAS DIARIAS** (desayuno, almuerzo y cena).
- **PRÁCTICAS DIARIAS DE YOGA Y MEDITACIÓN.**
- **CLASES Y TALLERES** de Ayurveda, alimentación, salud femenina, terapias caseras.
- **2 MASAJES AYURVÉDICOS (Abhyanga).**
- **PASEOS A LAS PLAYAS.**
- **ACTIVIDADES NOCTURNAS** anti estrés.

## EL RETIRO NO INCLUYE

---

- Pasajes aéreos ni terrestres.
- Traslados desde el aeropuerto o terminal de ómnibus hasta el lugar del retiro.
- Seguro de viaje. (Recomendamos contratar uno si es que tu prepaga no tiene cobertura en Brasil).



Este retiro está diseñado para todas las mujeres, de 18 años en adelante, con o sin experiencia previa en yoga. Nuestro objetivo es ofrecerte un espacio acogedor donde puedas compartir tus experiencias y dudas, descubrir nuevas herramientas naturales para cuidarte y disfrutar del descanso y la renovación que necesitas.

**INFORMES:**

**+5493704040502**

[info@retirosayurvedicos.com](mailto:info@retirosayurvedicos.com)

---





---

## AYURVEDA Y SALUD FEMENINA

24 al 29 de Noviembre de 2025

### GAROPABA - SC - BRASIL

---

# INVERSIÓN

---

## VALOR POR PERSONA

**En Cabaña triple:** USD 1.700

**En Cabaña doble:** USD 1.800

**En Cabaña individual:** USD 1950

\*Los valores NO incluyen traslado.

### Reserva del lugar:

Seña de USD300 para reservar tu vacante.

El saldo se abona al momento de ingresar al Centro de Yoga Montaña Encantada. El pago debe ser en efectivo con moneda brasilera (Reales), o en dólares, al cambio del día.

## FORMAS DE PAGO

### 1. EN EFECTIVO.

---

#### ARGENTINA

##### FORMOSA

**Dra. María Zorrila.**

Fontana 548.

ayurvedaformosa@gmail.com

##### BUENOS AIRES

**Dra. Sandra Magirena.**

sandra.magirena@gmail.com

#### PARAGUAY

##### ASUNCION

Espacio SAMU'U

(Caballero 773)

**2. TRANSFERENCIA** a caja de ahorro en USD. (Consultar)

### 3. PAGO VIRTUAL

PAY PAL / WISE

(con recargo por comisión de las plataformas).

Consultar lugares de pago en otros países.



[www.retiroseyurvedicos.com](http://www.retiroseyurvedicos.com)

---

# CONSEJOS ÚTILES PARA VIAJAR A NUESTROS RETIROS EN GAROPABA

## OPCIONES DE TRASLADO

Recordando que el precio del Retiro

### NO INCLUYE TRASLADO

Te brindamos algunas opciones de empresas que han sido utilizadas con éxito por nuestros visitantes.

**ATENCIÓN:** El viaje en avión u ómnibus hay que hacerlo con DESTINO hasta Florianópolis.

## OPCIONES EN AEROLINEAS

**Desde Bs. As:** Aerolíneas Argentinas, Gol, Tam, Flybondi Desde Asunción:

Gol, Tam

**Desde Montevideo:** Gol, Latam, Sky airlines, Aerolineas Argentinas, Azul.

**Desde Asuncion:** Gol, Latam, Sky airlines, Aerolineas Argentinas, Azul.

## EN EMPRESAS DE OMNIBUS

**Desde Bs. As:**

Pluma / JBL (contacto para consultar promociones:

+549 11 68710111)

**Desde Asunción:** NSA, Pluma, Catarinense

**Desde Montevideo:** Empresa TTL

## EN AUTOMOVIL

En caso de ir en auto puede contactarnos para que le demos consejos sobre las mejores rutas para llegar al lugar.

## PROVEEDOR RECOMENDADO PARA EL TRASLADO

### FLORIPA - GAROPABA

Llevándote a donde quieras ir con la seguridad y el compromiso que necesitas

**WhatsApp**

[wa.me/5548991893029](https://wa.me/5548991893029)

/ Si viajas en avión, los vuelos llegan al aeropuerto de Florianópolis, y desde allí son aprox. 80 km hasta el Centro de Yoga Montaña Encantada, que demandan 1 h 30' de viaje.

/ En caso que varias personas viajen por este medio (avión), podemos gestionar una combi que vaya a buscarlas al aeropuerto, aprox. a las 16 hs. y las traslade hasta Montaña Encantada.

/ Lo mismo para el regreso, podemos gestionar una combi que salga de Montaña Encantada aprox. a las 11 hs, llegando al aeropuerto a las 12:30/13 hs.

/ Si viajás en OMNIBUS, dependiendo de la empresa, podés descender en Araçatuba (7 km del Centro Montaña Encantada) en Imbituba (11 km del Centro Montaña Encantada), desde donde es posible tomar un taxi hasta el Centro de Yoga Montaña Encantada.



VIAGENS COMPARTILHADAS  
**FPOLIS - GAROPABA**

10:30 15:30 21:10

AGENDAMENTO PELO WHATS:  
**(48) 991893029**



[www.retirosayurvedicos.com](http://www.retirosayurvedicos.com)

## **TEMPORADA 2025-2026** **GAROPABA / BRASIL**

24 al 29 de Noviembre **2025**  
**AYURVEDA PARA LA MUJER**

6 al 13 de febrero **2026**  
**VACACIONES CON YOGA**

21 al 28 de febrero **2026**  
**RASAYANA**  
(REJUVENECIMIENTO AYURVÉDICO)

**Dra. María Nazaret Zorrilla**

INFORMES E INSCRIPCIÓN

**+5493704040502**

[ayurvedaformosa@gmail.com](mailto:ayurvedaformosa@gmail.com)

