



PEREGRINAJE 2025

AGOSTO

16-27

CAMINO ARAGONÉS - 153 km

**Etapas: Canfranc-Puente la Reina
(11 días)**

**Siguiendo la ciencia y filosofía
milenaria del Yoga.**





Peregrinaje 16-27 de Agosto 2025

CAMINO INTERIOR Y ESPIRITUAL

Durante **11 días** recorreremos la geografía **aragonesa**, explorando su belleza natural, cultural y gastronómica. Simultáneamente, haremos un recorrido por la **geografía interna de nuestra mente**, nuestras **emociones**, nuestro **cuerpo** y nuestro **SER**.

Exploraremos el **camino del YOGA** y sus herramientas, como base en nuestro **camino interior**. Seguiremos las enseñanzas milenarias originarias de India y de sus textos sagrados.

Haremos sesiones diarias de **meditación**, posturas de **yoga**, **silencio**, recitación de **mantras**, canto de **música devocional**, **círculos de palabra**, charlas, **reflexiones** sobre las enseñanzas, etc.





Peregrinaje 16-27 de Agosto 2025

¿A QUÉ TE AYUDARÁ ESTE PEREGRINAJE?

- A experimentar más **calma, paz y alegría**
- Adquirir **herramientas valiosas** que te ayudarán a **conectar contigo**, con las **personas** y con el **entorno** de forma positiva
- **Alinearte** con la **naturaleza** y con su ritmo
- Aprender **nuevos** aspectos del **camino del Yoga** y **profundizar** en aquellos que ya conocías a través de las enseñanzas milenarias originales de India



ESTE VIAJE ES PARA TI, SI TIENES GANAS DE:

- Vivir una experiencia que te acompañará el resto de tu **VIDA**.
- Peregrinar en el **camino de Santiago**.
- Hacer **prácticas espirituales** y profundizar en tu camino de **autoconocimiento**.
- Regalarte tiempo de bienestar, disfrute y amor.



Peregrinaje 16-27 de Agosto 2025

¿CÓMO SERÁN LOS DÍAS?

6:30 h	Sadhana matinal (meditación, surya namaskar, mantras)
7:30-8:00 h	Desayuno
8:00-13:00h	Caminar (aprox. 18 km/día)
14:00-17:30h	Comida y tiempo libre
17:30-19:30h	Sadhana de tarde (yoga asanas, enseñanzas, mantras)
19.30-21.30	Cena y tiempo libre
21.30	Meditación en silencio

Esta será la rutina diaria, que iremos adaptando en función de las etapas.

- El tiempo de caminar incluirá **prácticas de silencio; recitación continuada de sonidos sagrados** (mantras).
- Haremos **paradas de descanso**, y **actividades** en la naturaleza como bañarnos en ríos.
- Algunos días caminaremos en grupo y otros días propondremos caminar por libre.



¿QUÉ INCLUYE?

- Alojamiento
- Transporte de mochilas
- Las prácticas diaras de meditación, yoga, recitación de mantras, ceremonias, satsangs, etc.

¿QUÉ NO INCLUYE?

- Alimentación (a excepción de 2 días en los que la cena y el desayuno estará incluido con el alojamiento)
- Transporte al lugar de salida y de regreso del viaje
- Seguro de viaje

PRECIO

- Si haces la reserva antes del 1 de Julio : **450€ /persona**
- Después del 1 de Julio : **550€ /persona**
- **10 plazas.** Queremos que sea una *experiencia personalizada* y profunda. Además, transitaremos por un camino poco masificado con alojamientos más *íntimos*.



¿QUE DICEN DE NOSOTRAS?

“Inmejorable la experiencia,
la transmisión de esta, el
cuidado y trato recibido por
parte de ellas”

“Esta experiencia no se
puede pagar con dinero por
todo lo que recibes,
gracias!!”

¿QUIEN TE ACOMPAÑA?



Prema: Sigue la **Senda del Yoga** como **estilo de vida** desde hace 16 años.

Ha vivido 9 años en India, en el ashram de Amma, recibiendo las enseñanzas.

Comparte retiros, peregrinajes, cursos y clases en España.

<https://www.evaprema.com/>



Eva: Lleva años en el **camino del auto-conocimiento** a través de la terapia gestalt, la psicología de los eneatis (SAT), el yoga y la meditación. En 2022 lo dejó todo para dar la vuelta al mundo y dedicarse completamente a la terapia y el mindfulness, además de organizar “caminatas y viajes conscientes”.

<https://www.evamorenomeditacion.com/>



Peregrinaje 16-27 de Agosto 2025

¿TE APUNTAS?

Para más información y reservas:

+34 630740446

peregrinandoalser@gmail.com

[Inscríbete -> Aquí](#)

www.evaprema.com

