



Retiro de Invierno

7, 8 y 9 de agosto 2026

¿Qué es este retiro?

Esta será la quinta ocasión en que nos vamos fuera de Santiago para profundizar en la práctica de **asana y pranayama** durante un fin de semana completo, rodeados de un entorno natural bonito, apartado y silencioso.

Por el hecho de apartarse de la cotidianidad, los retiros permiten enfocarse y avanzar en la práctica, siendo también una instancia especial para la reflexión e introspección.

"Los retiros del Estudio de Yoga son la oportunidad de sumergirse de lleno a encontrar tesoros en una misma, en los demás, en esos otros que te acompañan y, que sí, se transforman en tu comunidad".

— Bárbara Chávez

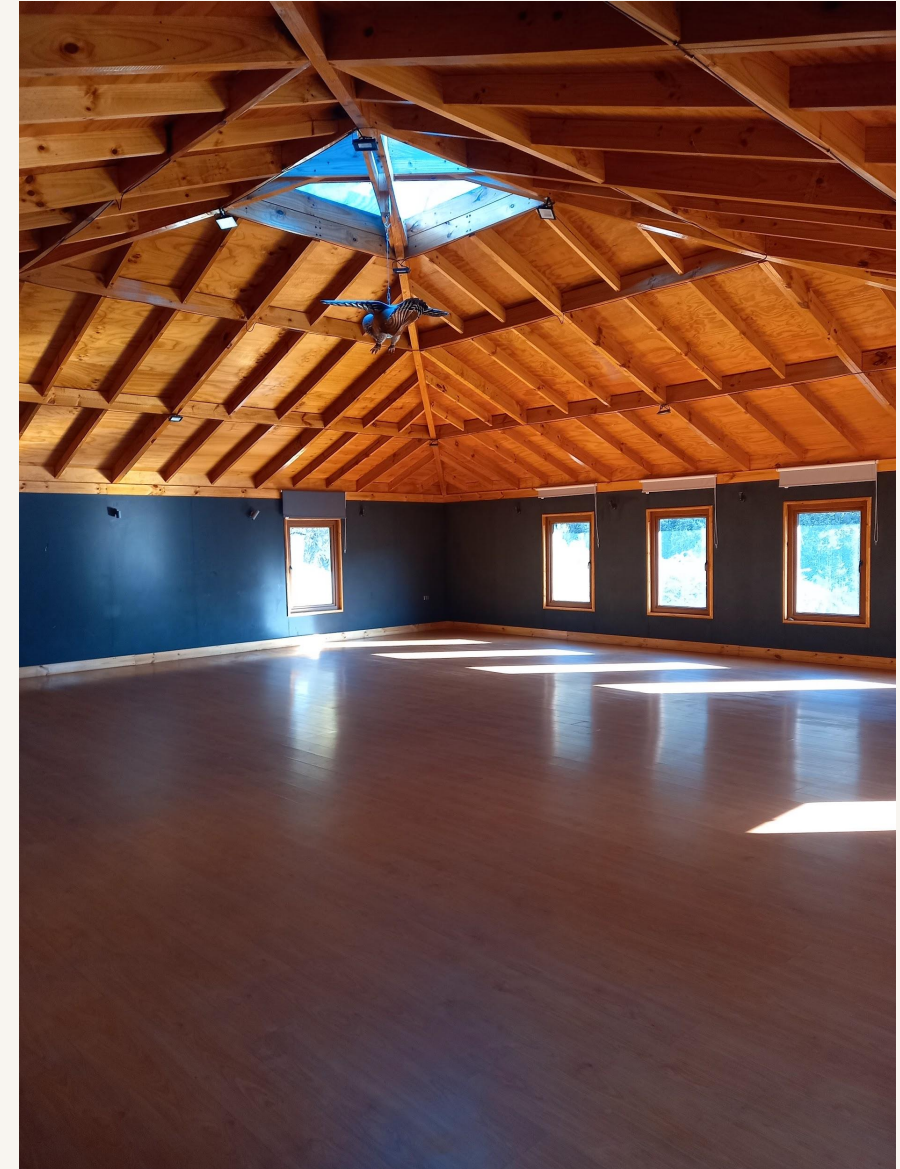


Dónde: Monteluna

El lugar al que iremos esta vez es **Monteluna**, que se ubica en la comuna de Pirque, a solo 45 minutos del centro de Santiago.

Como es un centro especialmente dedicado a retiros, cuenta con instalaciones perfectas para nuestra práctica y descanso:

- Una hermosa, espaciosa y bien calefaccionada sala de práctica
- Habitaciones cómodas y sencillas para pernoctar.
- Espacios gratos para compartir.
- Hermosos senderos para realizar caminatas en la naturaleza.



Qué buscamos



Desconexión

Apagar el ruido de afuera para escucharse a uno mismo. Entrar en un modo de reflexión acompañada en un entorno natural.



Práctica Profunda

Una mezcla virtuosa ajustada tras 5 retiros: tiempos de práctica, tiempos para el descanso y tiempos para integrar la experiencia.



Comunidad

"Conocer más a las personas que practican yoga me hace más feliz... es una buena oportunidad para perfeccionar mi práctica."

Pamela Ried

Profesor: Pablo Cortés



Profesor certificado de Nivel II, enseña **Yoga Iyengar** hace **23 años**. Dirige su propia escuela desde el año 2012, donde da clases para practicantes de todos los niveles, personas mayores y es mentor de profesores en formación.

"Aprovecharé este retiro para compartir los aprendizajes de mi reciente pasantía por el Instituto de Yoga Iyengar de Pune, India, realizada durante febrero de este año."

Pablo Cortés

Requisito de Participación:

Las clases pueden realizarlas personas con al menos **6 meses de experiencia** practicando Yoga Iyengar.

Programa de Actividades

Horario	Viernes 7	Sábado 8	Domingo 9
08:00 hrs	-	Bebidas calientes	Bebidas calientes
08:30 hrs	-	Práctica de Pranayama	Práctica de Pranayama
10:00 hrs	-	Práctica de Asana	Práctica de Asana
12:30 hrs	-	Brunch	Brunch
16:00 hrs	Salida desde Estudio de Yoga	Tiempo libre (desde 14:00)	Vuelta a Santiago
17:30 hrs	Llegada e acomodación Monteluna	Práctica de Asana	-
18:30 hrs	Práctica de Restauración	-	-
20:00 hrs	Cena	Cena	-

Alojamiento y Alimentación

El Descanso

Monteluna cuenta con espacio para alojar a 32 personas en habitaciones para 4 personas.

Las habitaciones son espacios hechos especialmente para dormir y recuperar energía:

- Dos camarotes por habitación.
- Suficiente abrigo en las camas.
- Ventanas con termopanel para un excelente aislamiento del frío invernal.

La Alimentación

La alimentación del retiro estará a cargo de Eliana López, que es cocinera vegana. Pueden ver su trabajo en instagram @soaeliana. Su propuesta para el retiro es un menú nutritivo, sano y balanceado, adaptado a las necesidades de un retiro de yoga, asegurando la energía necesaria para las sesiones de asana y la ligereza requerida para el pranayama.

Ir para volver, así se resumen para mí los retiros del Estudio de Yoga. Cada vez que nos retiramos para practicar con los grupos del amor que se forman, la experiencia se amplifica al volver. Se trata de apagar el ruido del afuera para escucharse, y volver desde otro lugar. Estudio, práctica y una convivencia hermosa. Todo es agradecimiento.

Magda Lago



Valores e Inversión

\$270.000
RETIRO COMPLETO

Incluye clases de yoga, alimentación y alojamiento. (No incluye traslados).

Valor pago contado: \$255.000

Opciones de Pago (3 Cuotas)

Facilidades de pago en cuotas (1 Junio, 1 Julio y 1 Agosto):

- **Retiro Completo:** \$90.000 / \$90.000 / \$90.000
- **Solo Clases (\$130k):** \$70.000 / \$30.000 / \$30.000

** Pagos mediante transferencias o tarjeta de crédito*

Políticas de Devolución

Para la realización del retiro se requiere ir cumpliendo compromisos económicos con el centro en determinadas fechas.

Por este motivo, las devoluciones serán:



Hasta el 30 de junio: Se devolverá lo abonado hasta ese momento, menos \$20.000 por costos de gestión administrativa.



Entre el 2 y 31 de julio: Se devolverá un 40% del monto total que se haya abonado a la fecha.



A partir del 1 de agosto: No podrá haber devolución de dinero, ya que a esa altura se han pagado todos los montos comprometidos con el lugar.

Más información e inscripción



Para inscribirte y solicitar más detalles puedes hacerlo escribiendo un correo a

contacto@estudiodeyoga.cl



A través de la cuenta de instagram @estudiodeyoga.cl iremos entregando fotos y videos del lugar donde se realizará el retiro.