

RETIRO DE YOGA IYENGAR · CÓRDOBA · ARGENTINA

Retiro en las Sierras de Córdoba

Estancia La Abundancia · San Javier · Valle de Traslasierra

14 al 19 de febrero · 2027 · 6 días, 5 noches



EL RETIRO

Un tiempo para ir más despacio, habitar los silencios.

Retirarse es tomar distancia de las actividades cotidianas. Una pausa real: una oportunidad para el encuentro con una misma y con otros, para el autorrespeto y el contacto con los aspectos más sutiles de la práctica.

El retiro combina clases diarias de Yoga Iyengar con la vida en las Sierras Grandes: trekking, cascadas, pileta de vertiente, plantas medicinales, fogón y descanso profundo.

DOMINGO 14 AL VIERNES 19 DE FEBRERO • 2027



EL LUGAR

Estancia La Abundancia San Javier, Córdoba

A 7km de la plaza de San Javier, en la Quebrada del Tigre al pie del Champaquí. Disponemos de la estancia exclusivamente para nuestro grupo: jardines, salón de prácticas, cascadas y piscinas naturales.

CÓMO LLEGAR

Desde Buenos Aires: vuelos a Merlo (70km)
o colectivo nocturno a Villa Dolores (25km).

Desde Córdoba: vuelos o colectivo a Villa Dolores.
Coordinamos traslados en 4x4.

LA PRÁCTICA

Yoga Iyengar con Delfina Mendonca

Cada día comenzamos con una práctica guiada por Delfina. Seis días para profundizar el estudio de asanas y pranayama en un entorno que invita a ir más profundo — la naturaleza, el silencio, la presencia del grupo.

Las clases están diseñadas para practicantes con experiencia, con atención personalizada y adaptación al nivel de cada participante.

Delfina Mendonca

Profesora certificada Nivel 3
del método Yoga Iyengar



EL ALOJAMIENTO

Habitaciones en suite con vista a las sierras



SILLÓN · HALCÓN 16



BAÑO PRIVADO EN SUITE



HABITACIÓN · HALCÓN 7

A photograph of two women sitting on a large, dark rock in a dense forest. The woman on the left is wearing a light-colored sweater and is pointing her right hand towards the left. The woman on the right is wearing a blue denim jacket and light-colored pants. Between them is a large, woven picnic basket. The background is filled with tall, dark trees, and a small stream is visible in the distance. The lighting is soft, suggesting late afternoon or early morning.

Seis días para volver a vos.

Práctica · naturaleza · descanso profundo · comida orgánica

CRONOGRAMA

Días de práctica, trekking y descanso.

DOM 14

Llegada desde las 16hs.

Bienvenida y primer recorrido. Cena de apertura.

LUN 15

Práctica de yoga por la mañana. Almuerzo.

Tarde libre: arroyo, cascada. Práctica vespertina.

MAR 16

Práctica de yoga. Trekking guiado
entre plantas medicinales. Tarde libre.

MIÉ 17

Práctica de yoga. Excursión a las sierras.

Tarde libre. Fogón nocturno.

JUE 18

Práctica de yoga.

Tiempo libre en el predio. Cena de cierre.

VIE 19

Práctica final y desayuno.

Partida hasta las 10hs.

Cronograma tentativo — el detalle final se comparte con los inscriptos.



¿Querés sumarte a la experiencia?

LLENÁ EL FORMULARIO

INCLUYE

Alojamiento en habitaciones dobles en suite
Las 4 comidas del día — orgánicas y caseras

Clases diarias de Yoga Iyengar con Delfina
Caminatas guiadas por las sierras

Uso exclusivo del predio
Logística y coordinación de traslados

TU RESERVA

Para tu tranquilidad

- Transferí tu lugar a otra persona, sin costo.
- Antes de oct: reintegro 50% del 2° pago.
- Entre oct y dic: 20%.
- La seña (USD 300) no es reembolsable.
- Después del 14 dic: sin reintegro.

VALORES

USD 1.200

Early bird · primeros 7 inscriptos

USD 1.350

Valor regular

FORMAS DE PAGO

- 1° pago: seña USD 300 (no reembolsable)
2° pago: USD 500 — antes del 30/09/2026
3° pago: USD 550 — antes del 14/12/2026
Dólares, pesos al blue o transferencia.

POR CONSULTAS

Escribinos por WhatsApp y te contamos todo sobre el retiro.

CONTACTAR POR WHATSAPP

NUESTRAS REDES

@delfinamendoncayoga
@magdalenagergo
@ciyba_yoga_iyengar

Delfina Mendonca — Profesora certificada Nivel 3 del método Yoga Iyengar.
Directora del Centro Iyengar Yoga BA.

EL LUGAR

Conocé más de La Abundancia en la web →