

NAKED MENS RETREAT



Join us here at Aya House for a weekend residential Naked Yoga & Meditation retreat. All levels of practice are welcome.

Day 1: Arrival in the afternoon with orientation and settling in followed by your first Yoga & Meditation practice; afterwards, enjoy a Welcome Dinner with your fellow guests.

Day 2: Morning Yoga & Meditation practice followed by breakfast and then time to explore what Gran Canaria has to offer or spend the day relaxing at the centre. Personalised, 1-2-1 Yoga & Meditation tuition can be made available or book a massage from one of our recommended experts. An evening Yoga & Meditation practice followed by Dinner.

Day 3: Closing Yoga & Meditation practice followed by Breakfast and departure by 12am.

PRICE

Eur 250 or Eur 367 for two people sharing.

Additional nights can be booked on site or in Maspalomas.

CENTRE FEATURES

- 11km from the bustling tourist zone of Maspalomas and the world famous Maspalomas Dunes and Beach
- Enjoy the year round sunshine
- 100 sq m yoga studio
- 10 bedrooms all with superking size beds and dedicated bathrooms (some en suite)
- 20 man hot tub
- Bali beds

CONTACT US

www.aya.house

[@aya.house.events](https://www.instagram.com/aya.house.events)

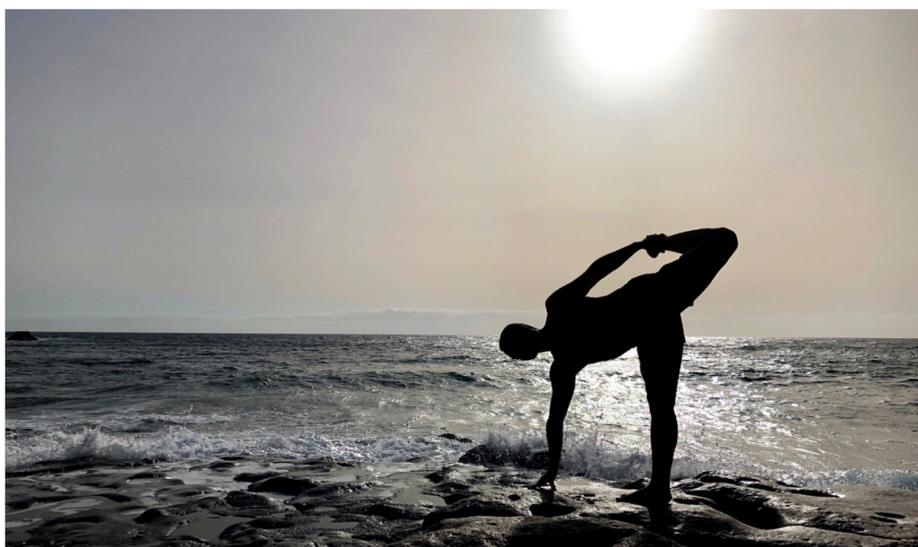
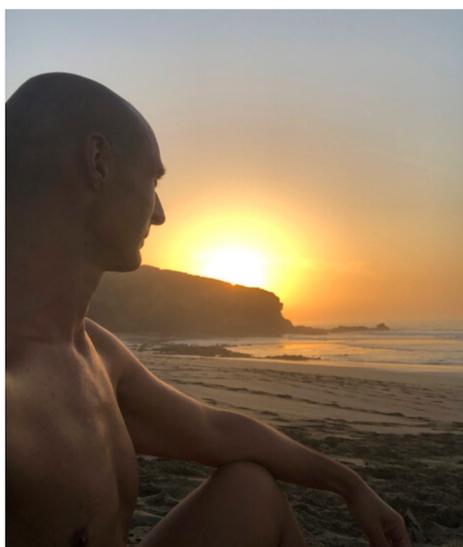
+ 34 626 566 666



YOGA & MINDFULNESS WITH JORGE



Jorge has been teaching yoga and meditation full-time since 2011 and training yoga and meditation teachers since 2015. Jorge is also a certified coach and professional masseur offering a range of eastern and western styles. He offers an evolutionary approach to yoga and meditation while sharing respectfully the spiritual tradition of yogic and tantric philosophy. In the classes you will explore the physical practices through movement, poses and breathwork as well as the mental and energetic practices using bodily gestures, visualizations, sound and other yoga and meditation techniques. Classes are guided in English and Spanish, and include hands-on assists. They are inclusive for all levels from beginners to intermediate and advanced practitioners.



CONTACT JORGE

<https://jorgecabellos.com>
Instagram: @jorge_cabellos
Facebook: @jorgecabellos.1

RETIROS DESNUDOS PARA HOMBRES



Ven a Aya House para disfrutar de un retiro de fin de semana practicando yoga y meditación desnudo. Todos los niveles de práctica son bienvenidos.

Día 1: Llegada por la tarde para acomodarte en tu habitación y en la casa. La primera clase de Yoga y Meditación será por la tarde y después, disfrutarás de una cena de bienvenida con tus compañeros invitados.

Día 2: Práctica matutina de Yoga y Meditación seguida de desayuno y luego tiempo para explorar todo lo que Gran Canaria tiene para ofrecerte o pasar el día relajándote en el centro. Opcionalmente puedes reservar clases privadas 1 a 1, o reservar una sesión privada de Masaje o de Coaching. Habrá clases por la tarde seguida de la cena.

Día 3: Clausura de las clases de Yoga y Meditación seguida de desayuno y salida a las 12 am.

PRECIO

250€ or 367€ para 2 personas compartiendo habitación

Es posible ampliar noches adicionales en la casa de retiros o en Maspalomas

CARACTERÍSTICAS DEL CENTRO

- A 11km de la animada zona turística de Maspalomas y las mundialmente famosas Dunas y la Playa de Maspalomas
- Disfruta del sol durante todo el año
- Sala de yoga de 100 metros cuadrados
- 10 habitaciones con camas de tamaño superking y baños privados
- Jacuzzi
- Camas balinesas en la terraza

CONTÁCTANOS

www.aya.house

[@aya.house.events](https://www.instagram.com/aya.house.events)

+ 34 626 566 666



YOGA & MINDFULNESS CON JORGE



Jorge enseña yoga y meditación a tiempo completo desde 2011 y entrena a profesores de yoga y meditación desde 2015. Es también coach certificado y masajista profesional de diferentes estilos de masaje orientales y occidentales. Ofrece un enfoque evolutivo del yoga y la meditación a la vez que comparte respetuosamente la tradición espiritual de la filosofía yóguica y tántrica. En las clases explorarás las prácticas físicas a través del movimiento, las posturas y la respiración, así como las prácticas mentales y energéticas utilizando gestos, visualizaciones, sonidos y otras técnicas de yoga y meditación. Las clases son guiadas en inglés y español, e incluyen ajustes manuales para ayudarte en la práctica. Son clases abiertas a todos los niveles, desde principiantes hasta practicantes intermedios y avanzados.



CONTACTA CON JORGE

<https://jorgecabellos.com>
Instagram: @jorge_cabellos
Facebook: @jorgecabellos.1