

# Retiro Costa Rica 2022-23

DICIEMBRE 31 2022- ENERO 8 2023 Y ENERO 8 2023 - ENERO 14 2023

Les doy la bienvenida para que nos acompañen a nuestros retiros en Monasterio, Costa Rica. Puedes asistir a un solo retiro o a ambos. El primer retiro inicia llegando el 31 de diciembre del 2022 y partiendo el 8 de enero del 2023. El segundo retiro comienza llegando el 8 de enero y partiendo el 14 de enero del 2023.

Monasterio está más allá de un lugar o dimensión. Es un portal de conexión.

El programa del retiro es estar con la naturaleza, en lo que la naturaleza nos brinde, además de momentos de conexión y comprensión. Nuestras actividades incluirán sesiones, sabiduría desde la fuente, intercambios de diferentes modalidades de sanación con otros participantes, caminatas por la jungla y jugar en ríos y cascadas cristalinos.

#### Incluido en el precio:

El costo del primer retiro es de \$1300 dólares americanos y el segundo retiro es de \$1100 dólares.

#### Incluido en el precio:

- Un piso compartido debajo de ti y un techo, durante 8/6 noches (no esperes paredes) y las comidas.
- Recogida en el aeropuerto de San José (SJO) entre las 10:00 a.m. a las 3:00 p.m. el 31 de diciembre y el 8 de enero.
- Llévate al aeropuerto de San José (SJO) después de las 10.00 a.m. el 8/14 de enero. Si tu vuelo llega después de las 2:30 pm, o sale antes de las 11:00 am necesitas organizar tu propio alojamiento para pasar la noche después o antes en San Jose.
- Para programar tu vuelo de llegada y de partida debes tener en cuenta que desde el aeropuerto de San José a Monasterio son 2 horas y media y debes llegar al aeropuerto dos horas antes de tu vuelo de partida.
- Si vas a Estados Unidos, debes reservar tu vuelo de regreso después de las 2:00 pm, para que tengas el tiempo suficiente para hacer tu prueba de covid el mismo día.

#### Debes traer:

- Colchón inflable o colchoneta de tamaño personal y un sleeping bag, sábanas que sirvan para las noches frías.
- Toalla, almohada.
- Botas pantaneras o de caucho que no tengan forro.
- Pantalones largos.
- Impermeable o poncho para la lluvia.
- Sandalias para usar en el kiosko solamente.
- Vestido de baño, sombrero y bloqueador solar.
- Linterna y pilas.
- Repelente para insectos.
- (Recuerden que no hay electricidad, así que no traigan nada que requiera recargarse con electricidad.)

#### Nota:

Si deseas quedarte más tiempo en alguno de los retiros, el costo será de \$ 150 por noche. Tienes que quedarte al menos dos noches extra. La tarifa semanal para quedarse más tiempo es de \$ 700.

Puedes registrarte: <https://abdy.info/when-and-where/costa-rica-retreat-2021-2022>

Cualquier consulta debes enviar un correo a Olga a: [olga@abdy.info](mailto:olga@abdy.info)



[abdy.info](http://abdy.info)

