

2º SENDERISMO Y RESENTIR. "Tomar la luz"

Practica de resentir en lugares sagrados

20, 21 y 22 de Sept. (Equinoccion de Otoño)



OROS BAJO (RUTA DEL SERRABLO)

ESPIERRE, BARBENUTA,

ascenso al MONTE ERATA y Santa Elena (Biescas)

INFO y INSCRIPCION
a12gestiondecursos@gmail.com
tlf: 685 82 09 13

organiza: **A12**
www.asociación12.org

2º Taller de Senderismo, Resentir y Desarrollo Personal desde la mirada sistémica, en el entorno del Monte Erata, montaña sagrada que las culturas neolíticas y celtiberas ascendían como camino de iniciación siguiendo a las yeguas cuando estas subían a este monte a parir. Este segundo taller se centra en el proceso interior del nacimiento, y el equilibrio de este momento trascendentes de "tomar la luz" en la vida.

DÍA 20 (viernes)

Viernes 20

Salida a las 17,00 h. desde Zaragoza

18,00 h. Igries. Ermita de San Juan Bautista s.XI

Practica de Resentir

20,00 h. Oros Bajo. Llegada al espacio de dormir

Montaje de tiendas

22,00 h. Cena en la pradera bajo las estrellas.

23,00 h. Rueda de presentación, compartir y entrega de material

DÍA 21 (sabado)

Sábado 21 (Equinoccio de Otoño):

7,00 h. Despertar con sonido de Caracola

8,00 h. Desayuno

9,00 h. Salida. Ascenso del Monte Erata (865 m.)

Santa Eulalia de Oros Bajo

Barbenuta

Espierre

Ermita de San Juan

Ermita de San Benito

Comida en Cumbre del Erata (2003 m.)

Descenso

20,00 h. Baño en cascada

21,00 h. Cena en campamento base. Oros Bajo

DÍA 22 (domingo)

Domingo 22:

8,00 h. Dinámica corporal

9,00 h. Desayuno

Desmontaje de tiendas

Circulo de compartir.

13,00 h. Baño Cascada Oros Bajo

Comida

17,00 h. Ascenso a Santa Elena de Biescas

20,00 h. Cierre y despedida

Estos horarios son aproximados, y se adaptarán a las necesidades del grupo

FUNDAMENTAL TRAER:

- Ropa cómoda y calzado para caminar
- Protección solar (crema y gorro)
- Ropa de abrigo, lluvia, y baño
- Saco de dormir, esterilla.
- Cantimplora

ESTA INCLUIDO:

- Dormir: Tiendas de Campaña
- Seguro de riesgo
- Explicación y practicas de resentir
- Desayunos, Comidas y Cenas.

PRECIO DE LA ACTIVIDAD:

120 € / persona

PAGO POR TRANSFERENCIA:

A: ASOCIACION DOCE

CONCEPTO: SENDERISMO SEPT 2013

Nº CUENTA: 3183 5000 81 0001120427