



Purificação

Um fim-de-semana só para si.

23, 24 e 25 de Março

Casa da Capoeira, Pé da Serra,
na Serra de Sintra, zona de Colares.

Faremos um jejum suave e de uma forma simples com **Batidos Verdes**, deliciosos e nutritivos, para **purificar o corpo e ajudar o rejuvenescimento das células**.

Teremos também palestras e um workshop **dado por pessoas experientes** sobre **desintoxicação, limpeza dos rins e do fígado e sobre Nutrição Curativa**.

Cada dia incluirá **exercícios para Equilibrar a energia**, aliviar stress, tensões, bloqueios e emoções negativas.



A Casa da Capoeira está situada na Serra de Sintra e é rodeada de natureza e tranquilidade, com uma vista espectacular de mar, a Casa da Capoeira é um local perfeito para fazer um retiro de purificação e relaxamento.



A casa oferece quartos privados, quartos partilhados e dormitório num ambiente caseiro, com **sauna e massagem** disponíveis para ajudar a desintoxicação.

Fim de semana incluindo 2 noites, batidos, super alimentos, palestras e workshop, receitas, sauna e caminhada na Serra de Sintra, 150€.

Temos um número de vagas limitado, faça já a sua reserva para assegurar o seu lugar.

Para mais informações e programa:

shinyhappyypeople111@gmail.com - 96 56 11 503 – 21 929 21 61