



Días de inicio - / 7 días

Mínimo de pax:
01

Nepal Wellness - Dwarika's Experiences

Luxury

Itinerario

06 noches en Dwarika's

Día 01. Liberación | DWARIKA'S

Llegada y bienvenida a Dwarika's Sanctuary, un lugar donde la quietud te encuentra.

Aquí, el tiempo se ralentiza, el aire se suaviza y el ritmo del Himalaya comienza a guiar tu ser. Por la tarde, comenzará tu viaje con una consulta privada con un médico ayurvédico: una introducción sutil a tu bienestar personal que te ayudará a establecer una intención para los días venideros.

Limpiá tu aura en la Casa de Cristal de Roca del Himalaya con una meditación guiada. A través del ritmo constante de tu respiración, invita a la claridad, al equilibrio y a la calma interior a desplegarse.

Por la tarde noche, podrás caminar hacia la Zona Cero (la parte más alta del santuario) para un momento de quietud, dejando que la luz dorada del atardecer se derrita en las montañas mientras descansas en silencio, rodeado de inmensidad y paz.

Al caer la noche, te invitamos a participar en el Arati en el Laberinto Shiva Linga: un ritual antiguo que honra al espíritu y al espacio, marcando el inicio de tu viaje hacia la renovación

Día 02. Renovación | DWARIKA'S

Por la mañana, te invitamos a contemplar el amanecer mientras el santuario se despierta bajo la mirada silenciosa del Himalaya.

Comenzá tu viaje celestial con el Equilibrio de los Nueve Planetas: una experiencia inspirada en las energías cósmicas del Navagraha, que te guiará hacia el alineamiento y el equilibrio interior. Continúa con yoga al aire libre, donde la suave luz de la mañana y el aire puro de la montaña restauran la calma y despiertan la presencia.

Por la tarde, podrás rejuvenecer con un masaje del Himalaya, diseñado para despertar los sentidos y liberar la tensión profundamente acumulada. Encontrá la quietud en el movimiento mientras moldeás arcilla en una sesión de alfarería, conectando la creatividad a la tierra a través del tacto y el enfoque. Te ofrecemos realizar ejercicios de respiración dentro de la Casa de Sal del Himalaya, donde el aire rico en minerales favorece la vitalidad respiratoria y renueva el ritmo natural de bienestar del cuerpo.

Por la tarde noche, las vibraciones de los cuencos cantores fluyan a través tuyo, resonando a nivel celular. Sus tonos profundos y prolongados aquietan la mente y restauran la armonía energética. A medida que el día llega a su fin, regresamos a la Zona Cero: un espacio de pura quietud y renovación.

Día 03. Viaje interior | DWARIKA'S

Por la mañana comenzamos con una caminata descalzo por el Laberinto de Meditación Shiva Linga. Sentí el rocío de la mañana bajo tus pies mientras la quietud y el espacio del que todo surge te rodean en este acto meditativo, una forma de experimentar la conexión con la tierra, el silencio y el equilibrio.

Embarcate en una caminata hacia el Monasterio de Namobuddha, siguiendo senderos cubiertos de pinos que se abren hacia el hermoso paisaje del Himalaya.

Por la tarde, compartí un almuerzo sencillo con los monjes: una experiencia donde la atención plena reemplaza a la formalidad y la simplicidad revela profundidad.

Continuamos con una charla de Dharma y una reflexión silenciosa con el lama residente, profundizando tu conexión con la quietud interior.

Concluí la tarde explorando el color y la intuición a través de la pintura, una expresión meditativa del mundo interior.

Por la tarde noche, cerrá tu día con yoga al atardecer, una práctica calmante que une la respiración y el movimiento, dejándote relajado, centrado y en paz mientras el Himalaya se desvanece en el crepúsculo. Relajate en la Zona Cero.

Día 04. Tierra y quietud | DWARIKA'S

Por la mañana, caminamos hacia Darimbot, nuestra granja orgánica en las colinas.

Compartí un almuerzo de cosecha cuidadosamente preparado por nuestros agricultores, utilizando ingredientes de temporada recién recolectados de nuestra granja: un verdadero sabor de la tierra, compartido en la belleza rústica del lugar.

Por la tarde, disfrutá de un masaje diseñado para profundizar la relajación y restaurar el equilibrio.

Por la tarde noche, te invitamos a cerrar tu día con un atardecer en la Zona Cero.

Día 05. Aventura | DWARIKA'S

Por la mañana, comienza tu día con un calmante yoga al amanecer. Esta experiencia pacífica te dejará renovado, equilibrado y listo para el día que tenés por delante.

Pedaleá en bicicleta a través del corazón de Panauti: un valle sereno donde el tiempo se ralentiza y las historias se revelan en cada curva. Hacé una pausa en el camino para disfrutar de un almuerzo para llevar, rodeado de la naturaleza y del ritmo suave de la vida rural.

Por la tarde, podrás descubrir los remedios herbales nepaleses o la cocina tradicional en un taller interactivo.

Por la tarde noche, la meditación en la Cámara de Chakras ayuda a reequilibrar los chakras, permitiendo que la energía fluya suavemente por todo el cuerpo, estimulando la positividad y el poder interior.

Día 06. Caminata | DWARIKA'S

Por la mañana, te invitamos a practicar pranayama en la Casa de Sal, donde la sal del Himalaya amplifica tu bienestar.

Por la tarde, podrás caminar por Bhaktapur, la ciudad eterna de los artesanos, donde cada ladrillo tiene una historia y cada callejón un templo. Cena en Tusa, una degustación lenta y elegante de la cocina nepalesa moderna.

Día 07. Centramiento | DWARIKA'S

Comenzaremos el día con yoga al amanecer, un despertar suave que restaura el equilibrio e invita a una sensación de claridad tranquila. Continúa con pranayama matutino, permitiendo que la respiración consciente ancle tu calma interior.

A medida que tu viaje llega a su fin, partí descansado y alineado, llevando contigo la quietud y la serenidad del Santuario.

El programa incluye

- 06 noches de alojamiento en Santuario de Dwarika, con pensión completa.
- Una cena en Mako's (restaurante japonés).
- Bebidas sin alcohol, excepto el minibar.
- Una consulta con un médico ayurvédico.
- Participación en todas las actividades del hotel.
- Masajes (excepto la terapia especial) según el programa.
- Una experiencia a elegir (una excursión a un monasterio con almuerzo o una excursión a una granja con almuerzo).
- Entradas a monumentos según el programa.

El programa no incluye

- Impuestos ARGENTINOS
- Vuelos internacionales.
- Visa de ingreso a Nepal on arrival (USD 35, aprox).
- Consulta de astrólogo
- Sesiones guiadas privadas y Excursiones
- Bebidas Alcohólicas, Minibar y Servicio de habitaciones
- Comidas y bebidas que no estén especificadas.
 - Cualquier otro servicio que no se especifique como incluido.

Experiencias Sugeridas

Este itinerario puede sufrir modificaciones en lo que respecta al orden de los servicios y su contenido, dependiendo de las medidas, leyes y circunstancias locales.

Días de inicio: Diario.

INFORMACION IMPORTANTE:

-Para visitar Nepal es requisito obligatorio el Certificado internacional de Vacuna de la fiebre amarilla.

-Se requiere Visa (se puede tramitar on arrival – Usd 35 aprox)

Comentarios

Este itinerario puede sufrir modificaciones en lo que respecta al orden de los servicios y su contenido, dependiendo de las medidas, leyes y circunstancias locales.

INFORMACION IMPORTANTE:

- Para visitar Nepal es requisito obligatorio el Certificado internacional de Vacuna de la fiebre amarilla.
- Se requiere Visa (se puede tramitar on arrival – Usd 35 aprox)