

FEMININE *Rising*

Program
Retreat în Tenerife
2-8 octombrie 2026

Vineri, 2 octombrie 2026

- Aterizare (aprox ora 17:00-18:00) preluare aeroport
- Cină la restaurant oferită din partea organizatorilor
- Transfer la vilă pentru cazare în nordul insulei, la Orotava



Sâmbătă, 3 octombrie 2026 - Vindecare feminină energetică

7:30-8:30 - Mic dejun

8:30-9:30 - Primul cerc de deschidere – mic ritual de deschidere de spațiu, introducere, meditație de deconectare de vechi și conectare la energia unui nou început care se va revela pe parcursul retreatului, sharing personal și intenție

9:30-10:45 - Practici pentru activarea energiei și reconectarea la corpul fizic

10:45-12:00 - Workshop: Noțiuni de sănătate fizică și energetică feminină

12:00- 18:00 - Excursie opțională la vulcanul Teide (aprox 3.700 m) sau relaxare la vilă (jacuzzi, floating-tank, saună)

19:00-21:00 - Cum utilizăm energia sexuală pentru vindecare

21:00 - Sharing înainte de culcare

Duminică, 4 octombrie - Relaxare feminină

7:30-8:30 - Mic dejun

8:30-8:45 - Cerc de sharing

8:45-12:00 - Practici pentru activarea energiei și lucrul cu oul de jad

Restul zilei- plajă, shopping

20:00 - Sharing scurt înainte de culcare – întreține energia de integrare pe parcursul nopții și susține procesul de visare

Luni, 5 octombrie - Magia relației de cuplu

7:30-8:30 - Mic dejun

8:30-9:00 - Cerc de sharing

9:00 - Practici pentru activarea energiei și reconectarea la corpul fizic

10:00-12:00 - Workshop Sexualitate feminină taoistă și tantrică

12:00-18:00 - Timp liber sau vizită în Orotava (plimbare pe jos)

19:00-21:00 - Relația de cuplu- magnetism, conectare, provocări, principii de viață împreună



Marti, 6 octombrie - Abundența Feminină

7:30-8:30 - Mic dejun

8:30-9:00 - Cerc de sharing

9:00-12:00 - Practici pentru activarea energiei abundenței, principiile magnetismului feminin pentru prosperitate în toate domeniile vieții

12:00-19:00 - Timp liber sau excursie opțională cu vizita la Charco de la Laja, Charco del Viento, Icod de los Vinos, Puerto de la Cruz

20:00-21:00 - Practici și meditații de abundență feminină;

- Stabilirea obiectivelor de abundență personală și încărcarea lor cu energie pentru a se materializa

Miercuri, 7 octombrie - Spiritul Feminin

8:00-9:00 - Mic dejun

9:00 - Cerc de sharing

10:00 - Plecare către sudul insulei - plajă, shopping

17:00-20:00 - Ceremonie cu Cacao, Meditație de conectare la cele 5 elemente, Meditație pentru deschiderea inimii, Meditație pentru conectarea la starea de Zeiță - Ecstatic Dance (dacă vremea permite)

Joi, 8 octombrie - Plecarea către România

8:00-9:00 - Mic dejun

9:00-11:00 - Închiderea cercului, sharing + mic ritual de plantarea semințelor pentru viitor.

Timp liber, bagaje, transfer către aeroport.

Necesar pentru participante:

- Jurnal personal
- Ținută de ceremonie de culoare roșie sau albă (pentru seara ceremoniei cu Cacao)
- Totem personal pentru altarul retreatului

Elemente speciale:

- **Altarul** – vom avea un altar al retreatului la care fiecare participantă va putea să adauge un obiect (cristal, totem) pe care apoi îl vor lua acasă
- **Jurnalul zilei** – un caiet în care fiecare participantă să poată nota, la începutul zilei sau la final, un cuvânt sau o propoziție / concluzie pentru ziua respectivă

