



7 zile de explorare a energiei sexuale feminine în Tenerife

Program Retreat în Tenerife 13-19 noiembrie 2026

VINERI, 13 noiembrie 2026

- Sosire în Tenerife, aterizare în jurul orei 17:30-18:00
- Preluare de la aeroport și transfer la locație
- Cina de bun-venit

Cercul de deschidere

- Prezentarea spațiului și a intenției retreatului
- Conectarea în cercul de femei
- Setarea intențiilor personale
- Activarea spațiului energetic al retreatului
- Conectarea cu energia insulei

SAMBATA, 14 noiembrie 2026

8:00-8:30 Mic dejun raw-vegan

8:30-12:00 Reconectarea cu corpul ca templu al energiei

Prezentarea sistemului energetic al corpului, glandelor principale importante pentru energia feminină

Practici de respirație constientă și mișcare corporală feminină pentru relaxarea sistemului nervos, eliberarea tensiunilor din corp și deschiderea corpului energetic

12:00-18:00 Timp de relaxare, plajă

18:30 Practici de scanare corporală, conștientizarea senzațiilor, creșterea receptivității

DUMINICĂ, 15 noiembrie 2026

8:00-8:30 Mic dejun raw-vegan

8:30-12:00 Trezirea Energiei Vitale

Activarea centrilor energetici feminini prin respirație și practici taoiste și tantrice, deschiderea bazinului

12:00-18:00 Timp de relaxare, plajă

18:00 Ritualul Oceanului - realizat pe plajă, în cerc de feminitate

20:00 Cerc de sharing și integrare



LUNI, 16 noiembrie 2026

8:00-8:30 Mic dejun raw-vegan

8:30-12:00 Explorarea Energiei Sexuale și circulația acesteia în corp

Prezentare: Energia Sexuală în tradițiile Tantra și Tao - scopul workshop-ului este de a învăța cum această energie poate fi simțită, cultivată și direcționată conștient, astfel încât să susțină starea de bine, creativitatea și conexiunea profundă cu sine.

Explorarea relației participantele cu energia sexuală - conceptele de vină, rușine, blocaj, traumă, lipsa de manifestare.

12:00-19:00 Excursie opțională La Caleta - traseu de trekking ușor La Caleta - Playa de Los Morteros - Playa Diego Hernandez și retur (2 km dus și 2 km întors, cu pauză de câteva ore pe plaja Diego Hernandez - sălbatică și izolată, cu nisip alb-auriu și apă turcoaz, diferită de majoritatea plajelor cu nisip negru, vulcanic, din Tenerife) - preț 35 euro/persoană sau timp liber

20:00 Tehnici de transmutare și sublimare a energiei sexuale în corp (I)

MARȚI, 17 noiembrie 2026

8:00-8:30 Mic dejun raw-vegan

8:30-12:00 Tehnici de transmutare și sublimare a energiei sexuale în corp (II) și utilizarea acesteia pentru vindecare, inițierea de noi proiecte sau accelerare proiecte existente

12:00-18:00 Timp liber, plajă sau opțional masaj de relaxare sau osteopatic

18:30 Practici pentru deschiderea inimii, eliberare de tristețe, activarea iubirii de sine,

MIERCURI, 18 noiembrie 2026

8:00-8:30 Mic dejun raw-vegan

8:30-12:00 Relația de cuplu conștientă, circulația energiei în cuplu, metode de vindecare în cuplu

12:00-19:00 Excursie opțională Los Cristianos, Las Americas cu plaja, restaurante și shopping (preț: 35 euro/persoană)

19:30 Seară Magică feminină

JOI, 19 noiembrie 2026

8:00-8:30 Mic dejun raw-vegan

8:30-12:00 Cerc de sharing și închiderea spațiului
Transfer la aeroport

