
UN ENCUENTRO EN LA MONTAÑA

Reencuentro con mi alma

SOLTAR EL RUIDO, VOLVER A
LO *esencial* Y REENCONTRARTE
CON TU *verdad* INTERIOR.

del 10/09 al 13/09

LA ABUNDANCIA, SAN JAVIER

📍 *Córdoba*

SI PUDIÉRAMOS SOLTAR –COMO EL VIENTO CUANDO DEJA CAER UNA HOJA–
MIEDOS, EXIGENCIAS Y MÁSCARAS, ¿QUÉ QUEDARÍA DE NOSOTROS?
TAL VEZ SOLO LO *esencial*: ESO QUE ES *simple, verdadero* Y *liviano*.

ESTE RETIRO NO ES UN ESCAPE, ES UN *regreso*. UN ESPACIO PARA
DETENER EL TIEMPO, SOLTAR EL PESO INNECESARIO Y VOLVER A
RECONOCERNOS EN EL SILENCIO, SIN JUICIO NI PRISA, ALLÍ DONDE
LA CALMA Y LA CLARIDAD COMIENZAN A SENTIRSE.



GUIADO POR

Marita Herlein, Franco Melchior,
Natalia Helmfelt, Ramiro Buteler.

Y TODO UN EQUIPO DETRÁS QUE SOSTIENE, ACOMPAÑA
Y HACE QUE ESTE RETIRO SEA POSIBLE.



“Inmersión en el hielo” con *Ramiro Buteler*

Una práctica de respiración y presencia para atravesar la incomodidad, gestionar el miedo y fortalecer la resiliencia, descubriendo la capacidad interna de adaptación y confianza.

“Viaje hacia el interior” sesión terapéutica con *Franco Melchior*

Una sesión de exploración interna y acompañada que invita a la introspección profunda, a integrar emociones y a reconectar con la propia esencia.

“Re-conectar con nuestra esencia y recuperar el poder de autosanarnos” espacio de reflexión con *Marita Herlein & Natalia Helmfelt*

Un espacio de reflexión para comprender la conexión entre mente, cuerpo y espíritu, identificar patrones y tomar decisiones conscientes orientadas al bienestar integral.



MOMENTOS DE
CONTEMPLACIÓN Y NATURALEZA





Retiro (Reencuentro con mi Alma)

ESCALERA & LA ABUNDANCIA



“Estancia La Abundancia”
San Javier, Córdoba.

Un lugar con todas las
comodidades y comidas
incluidas.

Habitaciones compartidas
de 2 a 3 personas





CÍRCULOS DE ENCUENTRO Y ESCUCHA



A group of people are walking through a forest with vibrant autumn foliage. The scene is captured from behind the main group, showing a man in a grey t-shirt, a bald man in a light grey t-shirt, and a woman with long brown hair wearing a tan cardigan over a black and white striped top. They are walking along a path covered with fallen leaves. In the background, other people are visible, including a woman in a dark blue shirt and a man in a tan shirt. The text "ESPACIOS DE DESCANSO E INTEGRACIÓN" is overlaid in the center of the image.

ESPACIOS DE DESCANSO E INTEGRACIÓN



ALIMENTACIÓN CONSCIENTE
Y NATURAL



A woman with dark hair and a pink headband is lying on her back on a large, flat, grey rock. She is wearing a pink long-sleeved shirt and light blue jeans. Her eyes are closed, and her hands are resting on her abdomen. She is barefoot. The rock is surrounded by dense green foliage and some yellowing leaves, suggesting an autumn setting. Sunlight filters through the trees, creating dappled light on the rock and the woman's clothing. The overall atmosphere is peaceful and serene.

PRÁCTICAS DE RESPIRACIÓN Y SILENCIO

Día 1 | 10/09 | *Check-In 12:00*

“Llegar”

Es el momento de soltar lo que quedó atrás, de permitir que el cuerpo y el alma se acomoden al nuevo ritmo. Conocer, confiar, habitar el espacio y el grupo. Respirar la abundancia que ya está presente.

Día 3 | 12/09

“Celebrar el camino”

Honramos todo lo vivido. Lo que se transformó, lo que se reveló, lo que se liberó. Celebramos desde la presencia, en comunidad, en gratitud.

Día 2 | 11/09

“El vuelo interior”

Cuando la mente se aquieta, el alma toma el mando. Este día representa la entrega, la conexión más profunda, el encuentro con tu verdad. Mientras más soltes el control, más cerca estarás de vos.

Día 4 | 13/09 | *Check-Out 11:00*

“Integrar y volver”

El regreso no es el final, es el comienzo. Es traer lo experimentado a la vida cotidiana. Volver con el corazón más liviano, con la mirada más clara y la certeza de que algo cambió.



¡Contactanos!

E-mail

HOLA@ESCALERABYHABITO.COM

Teléfono

+54 9 351 508-9699

Instagram

@ESCALERABYHABITO
@LAABUNDANCIA2023

Web

HABITO.TIENDUP.COM
LAABUNDANCIA.COM.AR