



INDIA

Un viaje de expansión espiritual y
conexión profunda con la esencia

Del 2 al 20 de octubre 2025

DELHI, RISHIKESH, HIMALAYAS



आरती में पधारे पूज्य सन्तों एवं आदरणीय अतिथियों का हार्दिक अभिनन्दन व अभिवादन



EL PROPÓSITO

Viajar a India es una experiencia de aprendizaje profundo y descubrimiento. India es un país de grandes contrastes, que nos pone a prueba todo el tiempo, haciéndonos comprender que nada podemos controlar, y ¡qué liberador es eso! **India nos transforma y nos llega al corazón.**

Estoy sumamente emocionada y feliz de regresar y pasar por esta experiencia extraordinaria que nos recuerda nuestra verdadera esencia, y de la cual volvemos con el corazón y la mente expandidos.

El propósito de este viaje es de despertar espiritual, crecimiento y disfrute. Nos vamos a conectar con la energía sagrada de Rishikesh, a vivir la experiencia Ashram, a conocer sus rituales, cantos, cultura y a tomar muchas clases de Yoga, meditación y charlas. Nuestra base es Rishikesh, la capital mundial del Yoga. Vamos a tener la oportunidad de practicar con maestros reconocidos mundialmente y participar de Satsangs (sesiones de preguntas, charlas) de grandes líderes espirituales. Además de disfrutar de pasear y visitar templos y lugares emblemáticos.

Para quienes no nos conocen tanto, somos María y Ariel, profesores de Yoga Integral y Hatha Yoga respectivamente. Yo me formé en Ayurveda integrando esta sabiduría en mis clases, y Ariel hace Terapia de Gong. Además de ser compañeros de vida, nos une la pasión por el Yoga, el despertar espiritual, el bienestar y por viajar. Nuestras propuestas tienen siempre la intención de conectar con el corazón, despertar la consciencia y DISFRUTAR!

Sobre Nosotros





Sobre el viaje

SALIDA

2 de OCTUBRE 21.55

De Buenos Aires – Ezeiza.

LLEGADA

20 de OCTUBRE 20.30

A Buenos Aires – Ezeiza.

Viajamos desde Buenos Aires porque el vuelo es más directo y económico. **ETHIOPIAN AIRLINES** tiene un vuelo largo donde puedes dormir con solo 1 cambio de avión.

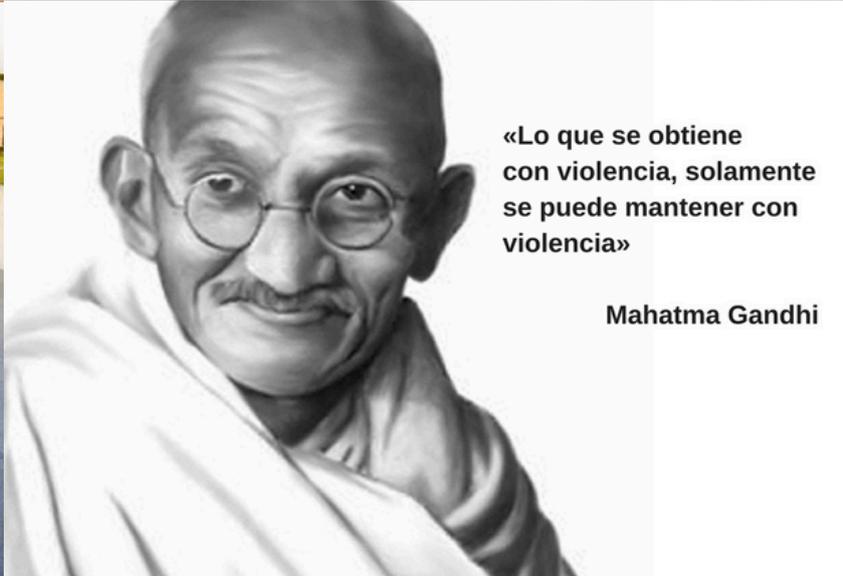
Nos encontraremos en Ezeiza con quienes ya estén en Buenos Aires e iremos todos juntos con quienes partan desde Uruguay.

Allí comienza nuestro viaje y a la vuelta termina también allí.

DELHI

Primera Parte del viaje

- Llegamos a Delhi el **4 de octubre** 8.10am. Nos alojaremos en una de las zonas mejor ubicadas cerca de Connaught Place, centro turístico muy conocido por sus tiendas y su reminiscencia de la época inglesa. El primer día saldremos de paseo por la ciudad, al monumento **India Gate** y el **Museo Mahatma Gandhi**.



Paseos guiados

DELHI



TEMPLO
AKSHARDHAM



TEMPLO
GURUDWARA



FUERTE ROJO

DIA 5 - CON GUÍA EN ESPAÑOL

Visitaremos el **Templo Gurudwara**, de la religión Sikh. Los Sijs practican lo que se llama Sewa (servicio abnegado). Durante su visita a la cocina, van a tener la oportunidad de hacer Sewa y participar en la cocina haciendo chapatis (tortilla india), echar mano a preparación de lentejas, verduras y servir a los numerosos sentados esperando para comida.

Luego visitamos el **Fuerte Rojo** (fuerte mogol) y el **Templo hinduista Ashkardham**, una verdadera obra de arte, con 10 mil años de cultura.

BARRIOS



DIA 6

Paseo en Tuc tuc por los barrios tradicionales de **Main Bazar** y **Chandni Chowk**, donde podremos comprar especias, ropa, medicina ayurveda y todo lo que te imagines.



RISHIKESH

Ciudad Sagrada - 2 Parte del viaje

DEL 7 AL 14

- El día 7 partimos hacia Rishikesh en camioneta privada.



Nuestra primera casa será **Parmarth Niketan Ashram - Del 7 al 12**



Uno de los Ashrams más importantes donde se celebra el Festival Internacional de Yoga. El edificio hermoso rodeado de jardines y estatuas de Dioses es un entorno mágico.

Allí disfrutaremos de las ceremonias de fuego **Ganga Aarti** en el Ganges, los **Satsangs** (charlas profundas con Sadhviji) en la tardecita, las ceremonias de fuego en la mañana, podremos hacer práctica de yoga y meditación en la mañana y/o en la tarde. El Ashram ofrece sus actividades que son opcionales. Allí también podrás agendar un **masaje ayurvédico** y una **consulta con un médico ayurvédico** si así lo deseas.

Yoga

MIÉRCOLES 8

JUEVES 9

VIERNES 10

SÁBADO 11

} 9.30am

Durante nuestra estadía en Parmarth Niketan tendrás la opción de ir a las clases en el mismo Ashram y también a las Clases de Hatha Yoga con **Surinder Singh** y su hijo Vikramjeet Singh en su Shala Swasti Yogashala. Surinder es un reconocido maestro de Yoga en India e internacionalmente. Sus clases son sumamente cordiales y su energía cercana y amorosa, lleno de sabiduría.



Puedes leer más sobre él en www.swastiyoga.com

Paseos en Rishikesh



Rishikesh es una ciudad hermosa, vegetariana y sagrada. Es super segura para recorrerla y disfrutar de sus cafés y tiendas. Visitaremos el emblemático **Beatles Ashram**. Se dice que durante su estadía allí en los años 60, la banda compuso su “albúm blanco”. Otro paseo será a las **Neer Falls**, unas cataratas cercanas para refrescarnos y disfrutar.

TAPOVAN

Del 12 al 14 nos mudamos al barrio de Tapovan.

Para conocer otra parte de Rishikesh nos vamos al barrio de Tapovan. Allí nos alojaremos en un hotel muy bonito. Visitaremos las tiendas, los cafés y veremos el amanecer desde **Kuniapuri Temple** arriba en la montaña, una experiencia inolvidable.



HIMALAYAS

3 Parte del viaje

- **El día 14** nos cambiamos de Casa. Nuestra estadía será en una reconocida escuela de Yoga en medio de los Himalayas. Un Ashram de lujo a una hora de la ciudad. Practicaremos yoga , kriyas y meditación, y tendremos caminatas guiadas por las montañas y el río. Todo en un ambiente super relajado, silencioso y compartiendo con los alumnos de la escuela.



Allí nos quedaremos el resto de la estadía hasta **el día 19** que partimos hacia Delhi, directo al aeropuerto.

En este hermoso Ashram tendremos un cronograma detallado de actividades:

- Meditación
- Práctica matutina
- Desayuno
- Caminata contemplativa guiada por las montañas
- Almuerzo
- Tiempo de descanso, lectura y piscina
- Práctica en la tarde
- Cena



Preguntas Frecuentes

¿PUEDO IR SI NUNCA HICE YOGA?

Si, aunque te recomendamos que hagas algo antes del viaje. Las clases son suaves y cada una va a su ritmo pero siempre se aprovecha más estando en tema.

¿PUEDO VIAJAR SI NO SÉ INGLÉS?

Claro que sí. Para el día a día es sencillo manejarse, incluso tendrán mi ayuda. En las clases de Yoga vas a ir siguiendo al profe y al grupo y para las charlas, aunque no entiendas del todo siempre solo el hecho de estar en presencia de tales gurús, solo eso ya es sanador. Siempre tendrán mi ayuda.

¿NECESITO VISA?

Sí. Se necesita una Visa de turista que yo puedo ayudarte a gestionarla. Se hace muy fácil de manera online. Para eso tu pasaporte debe tener fecha de vencimiento mínimo 6 meses posterior al viaje. Es gratuita.

¿NECESITO VACUNAS?

Sí. Tienes que darte la vacuna de la fiebre amarilla. Si por algún motivo médico no puedes se te hace un certificado para que viajes.

¿PUEDO IR SI NO CONOZCO AL GRUPO?

Claro! Vamos a tener varias reuniones previas por zoom para conocernos y charlar sobre India y sus costumbres, la ropa adecuada, qué llevar, etc. Para que ya tengan bastante claro todo antes de viajar.

¿HAY REQUISITOS PARA VIAJAR?

Es importante que tengas buena movilidad ya que haremos prácticas y sobre todo caminatas en la montaña y templos. Ir con la mente y el corazón abiertos a vivir lo desconocido y diferente.

¿QUE INCLUYE?

- Pasajes aéreos BA/DEL/BA con 2 valijas de 23k + carrion
- 3 noches de Hotel en Delhi en base doble, con desayuno
 - Traslados y paseos con entradas y guía en español
 - Traslados internos en bus privado entre ciudades
- 5 noches de alojamiento en Parmarth Niketan base doble
 - Clases de yoga con Surinder en Swasti Yogashala
 - Entrada al Beatles Ashram
- 2 noches de alojamiento en Hotel base doble con desayuno en Tapovan
 - Experiencia en Kuniapuri Temple y Neer Falls
- 5 noches de alojamiento, comidas y clases en Ashram de lujo en los Himalayas
 - Asistencia para gestionar la visa
- Nuestro acompañamiento y guía en todo el viaje

NO INCLUYE

- Llegada y regreso MVD a BA (tener en cuenta que llegas a Buenos Aires a las 20.30hr)
 - Hotel en Buenos Aires para la vuelta
 - Comidas no mencionadas arriba
- Propinas a los guías y chofer (en India se estila dar una propina)
 - Seguro médico
- Paseos por fuera o actividades que quiera hacer por fuera de lo anteriormente detallado.
 - Tuc tucs en Delhi y Rishikesh (son muy baratos)

QUIERO SER PARTE!

INVERSIÓN

U\$S 4990

Tener en cuenta que cuanto antes se reserve mejor para fijar el precio de los pasajes. **HASTA AGOSTO PODES SER PARTE.**
12 CUPOS DISPONIBLES.

Pueden abonar hasta en 10 cuotas con tarjeta por Visa o Master o por Transferencia bancaria contado. Yo los pongo en contacto con Álvaro de la Agencia Aeromundo.



Es un viaje directo al corazón, muy transformador y estamos muy felices de poder hacerlo juntos!

Email

casanamaya@gmail.com

Redes sociales

@casa_anamaya_yoga

Whatsapp

092 96 40 84