

TSF - RUTA WELLNESS 2023

YOGA, PILATES, DANZA, FITNESS (-50%) y KAP



mandalablue
YOGA & THE OCEAN

Contacto: www.mandalablueyoga.com/

@mandalablueyoga / ☎+34644772377



Contacto: <https://respirayogatarifa.com/>

@respirayogatarifa / ☎+34623172840

MANDALABLUE YOGA

Ofrece Clases de Hatha Vinyasa Yoga y Yoga Aéreo en distintos puntos frente al Mar en Tarifa: Mandala Club, Demente Tarifa y Hotel Hurricane.

Para el TSF Ruta Wellness ofrece una clase especial con Dj Salmarina en Directo el sábado 14 a las 10am de 1:30hrs de duración en el Club Mandala.

Reservas a través de su web:

<https://www.mandalablueyoga.es/shop-products>

RESPIRA YOGA TARIFA

Clases de Yoga para mayores y niños de todos los niveles en sala.



SILVIA TARIFA YOGA

Ofrece Vinyasa Flow el jueves y el sábado de 11:00 a 12:30 am en la sala del Hotel Hurricane.

Contacto: @silviatarifayoga / ☎+34658148887



LUISE HENZEL

Vinyasa dinámica Casino de Tarifa Luise
Reserva por WhatsApp.

Contacto: @jadefuxi/ ☎+4915903892599



Contacto: @alizee_studio /

www.alizeestudio.com

ALIZEE STUDIO

Prepara un Taller especial “*Open your Heart to Bridge Pose*” (Abre el corazón hacia el Puente) el Domingo 15 de 18:00 a 19:30pm para un máximo de 12 personas en la Wild House Tarifa.



Contacto: @activandolaluz / 📞 +34680142713

TAMARA

Rocket yoga y Masaje Tailandés.
Ofrece sus potentes y activas clases en Mamma Tierra y en Hotel Hurricane.



YOGA DANZA

Un taller especial fusionando el yoga y la danza de forma consciente y rítmica. Libérate conectando con tu movimiento interior y disfruta de esta meditación transformadora.

Contacto: Clara Braña

@yogaconclara / 📞 +34691596337

kap. kundalini activation process

KAP TARIFA
SATURDAY OCTOBER 14TH
Wild House Tarifa

2 FACILITATORS LEVEL 2
ELLIE & LUCIA

SESSION 1: 10 AM | SESSION 2: 12 PM

RUTA WELLNESS
 Del 12 al 15 de Octubre 2023

CONTRIBUTION 50€
 @Kapbylucia @kap.by.ellie
 635135452

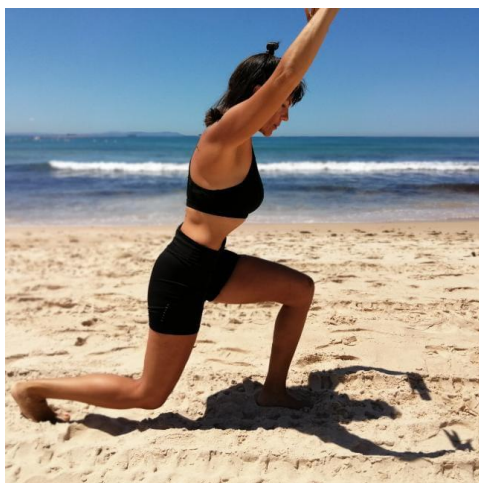
WITHIN TARIFA SPIRIT FESTIVAL.
 FESTIVAL BRACELET REQUIRED

KAP- Kundalini activation Process

Lucía y Ellie ofrecerán dos sesiones el sábado 14 de Octubre en la Wild House Tarifa: a las 10am y a las 12pm. La reserva es indispensable y sólo son admitidos los participantes con pulsera de la Ruta Wellness Tarifa Spirit Festival. La promoción es dos facilitadoras KAP Nivel 2 al precio de una, en cada sesión. 50€.

Contacto: @kapbylucia / 📞+34635135452

@kap.by.ellie



BEATRIZ

Ofrece Clases en el Club Mandala:

Jueves 12: Pilates 9:15, Hipopresivos 10:15,
 Fitness 19:00

Viernes 13: Balance 18:00
 Coaching Nutricional

Contacto: 📞+34600256829



BB STUDIO TARIFA

Clases de Barre.

Contacto: @bbstudiotarifa / 📞+34669656674



PACO

Entrenamiento personal (gimnasia funcional/piscina) grupos 4 a 10 personas, 20+iva€/cada uno en Hotel Hurricane. Descuento del 50% a los participantes de la RUTA WELLNESS 2023

Contacto: 📞+34656255540



Contacto: Alejandro Ortiz

☎+34665123001

Calle Canovas del Castillo n7. Tarifa.

NEW CONCEPT

Los días 12, 13 y 14 de Octubre todas las sesiones de CrossFit y Global Training están al 50% para los portadores de la pulsera de TSF.

CrossFit: es un entreno “total” en el que combinamos TODAS las cualidades físicas(fuerza, resistencia, coordinación...) y se trabajan a través de sesiones grupales, siempre acompañadas de un coach, además cada día cambia el entreno y NUNCA SE REPITE !

Global training: clase de combina principalmente CARDIO/TONIFICACIÓN perfecta para perder peso y hacer un trabajo general de toda la musculatura consiguiendo una condición física muy buena además con clases variadas y muy divertidas.



Contacto: Starlet
☎+34624475377
@_houseofevergreen

VOICE ACTIVATION

Come & sing your hearts speak with Love & intention.

Please bring your friends & children, Drum, hands to clap & feet to stomp.

I am an alignment focused Yoga teacher & have interlaced my voice activation to ensure the deepest connection with self.

It's like hoovering and never emptying the bag. Life continues with its residue & if we do not filter & release our energy becomes stagnant. To heal to be free from inner torment does not need to be voiced eloquently- know your tone. Tune into your inner frequency rather than external noise.

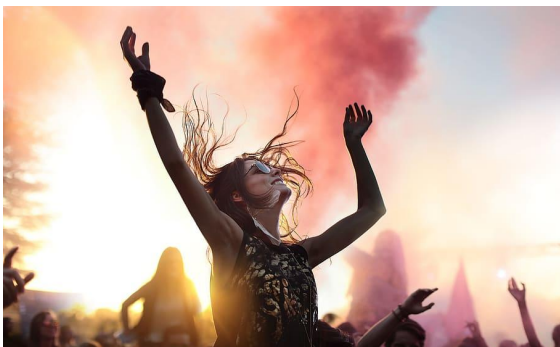
Book your ticket with 50 % off.

Location @wildhousetarifa

20€ (with your TSF Wellness Route 10€)

90 mins class.

Be prepared to be awakened into a state of expressional freedom.



Contacto: ☎+34644772377

ECSTATIC DANCE Y CACAO

Gran evento TODOS BIENVENIDOS (entrada sin coste extraordinario a los portadores de la pulsera Ruta Wellness. De lo contrario, precio de entrada 20€):

Ecstatic Dance y Cacao:

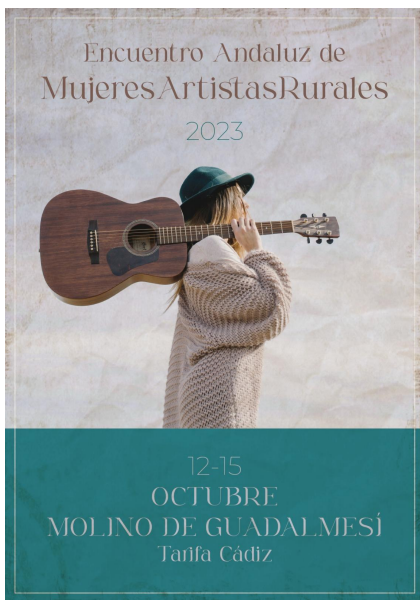
Sábado 14 19:00hrs-22:00 en el Mirador de Tarifa.



KRITAN Y PREM SARANI

Kirtan con Prem Sarani (Jenny): Viernes 13 a las 18:00 en la Peña. Reservas y contacto: @premsaraniindia Donación consciente

Contacto: Jenny
☎+34629530939



MOLINO DEL GUADALMESÍ

Concierto de las Mujeres Artistas Rurales (MAR).
Jueves, Viernes, Sábado y Domingo 8pm.

Precio normal 15€ (aportación mínima de 7,5€ a los participantes de la ruta wellness).

Contacto: @molinodeguadalmesi
☎++34629985544



Contacto:

+ 34677399938

Más: linksome.me/loinvisible

LO INVISIBLE. Danza

1. CUERPO VIVO - Improvisación e Investigación en Movimiento

Viernes 13 de octubre - de 10 - 13h

Aportación 30€ (-50%)

2. Taller de Danza Africana Tradicional (Oeste de África).

Sábado 14 de octubre de 11 - 14h

Aportación 35€ (-50%)

3. Ecstatic dance es un baile libre, en el que puedes moverte como quieras o simplemente vibrar con los sonidos más envolventes. En este espacio se danza desde la libertad conectando con tu sentir, expresando a través del movimiento

Domingo 15 de octubre de 11 a 14h

Aportación al fin social: 20 euros (-50%)

Body & Soul: Viña - Effects & Sound: Ángel



Contacto: Geraldine Corre
☎ +34697714286 o
whatsapp +33652378866 para reservar tu
sesión individual o grupal.

INNERDANCE TRANSFORMATION

Es un movimiento global de curación y transformación personal que utiliza la música, el movimiento y la consciencia para guiar a las personas hacia un estado de conexión profunda con su ser interior y su energía vital. ¿Para quién? Si buscas encontrar el equilibrio en tu vida, conectar contigo mismo y explorar las formas en que todos podemos contribuir a nuestra propia curación, es para ti.

50% de descuento a los participantes del Tarifa Spirit RUTA WELLNESS 2023

Duración: 2h00

Sesiones grupales:

Jueves 12: 10h00 - 12h00 Casino Tarifeño - Cl. Coronel Moscardó 8, Tarifa

Sábado 14 : 11h00 - 13h00 Santuario de Nuestra Señora de la Luz, Tarifa

Sesiones individuales: Santuario de Nuestra Señora de la Luz, Tarifa