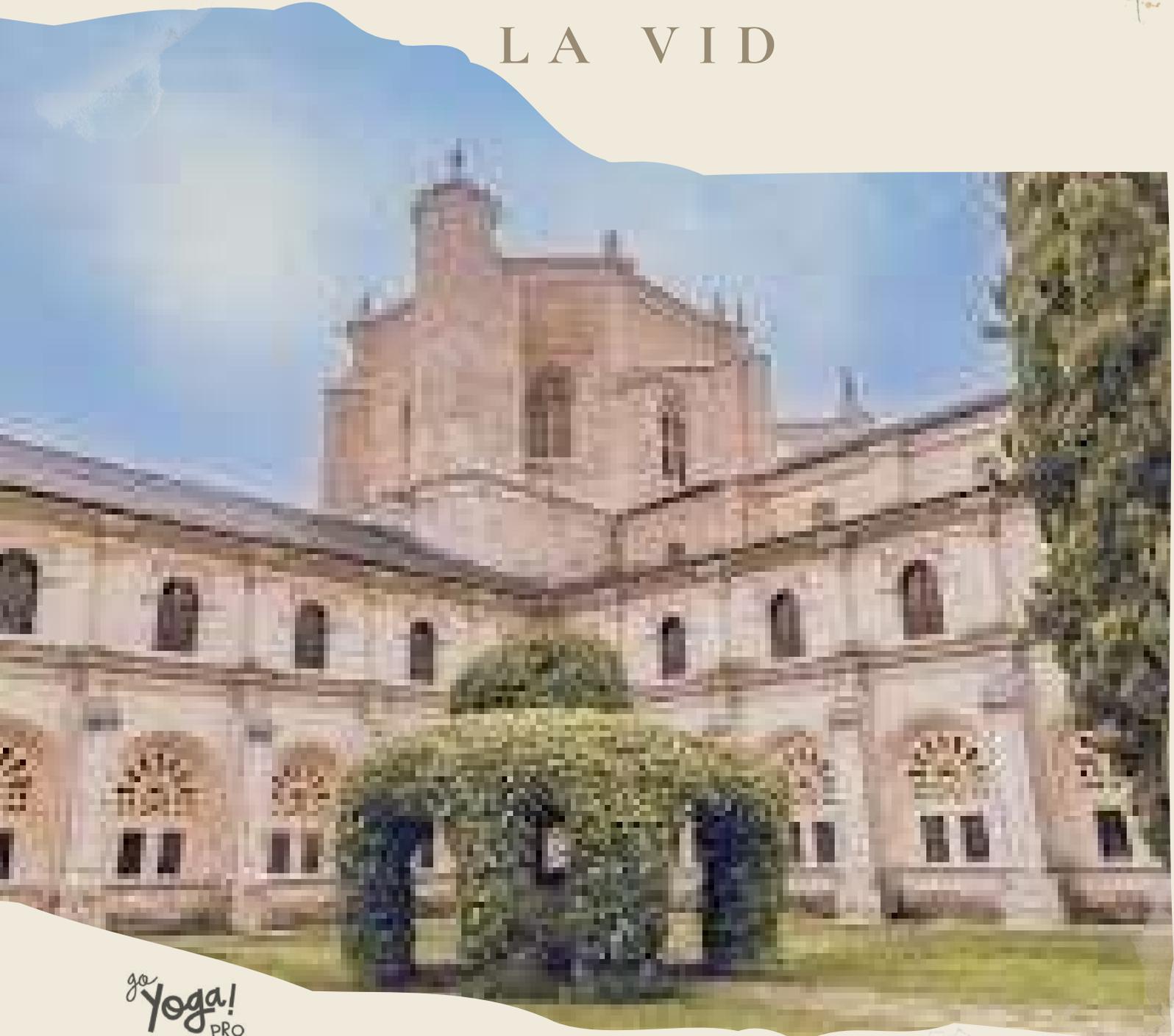


Sobre

HOSPEDERÍA  
MONASTERIO DE  
LA VID



go  
Yoga!  
PRO

Formación de Profesor@s de Yoga

Del 27 de Julio al 15 de agosto de 2025

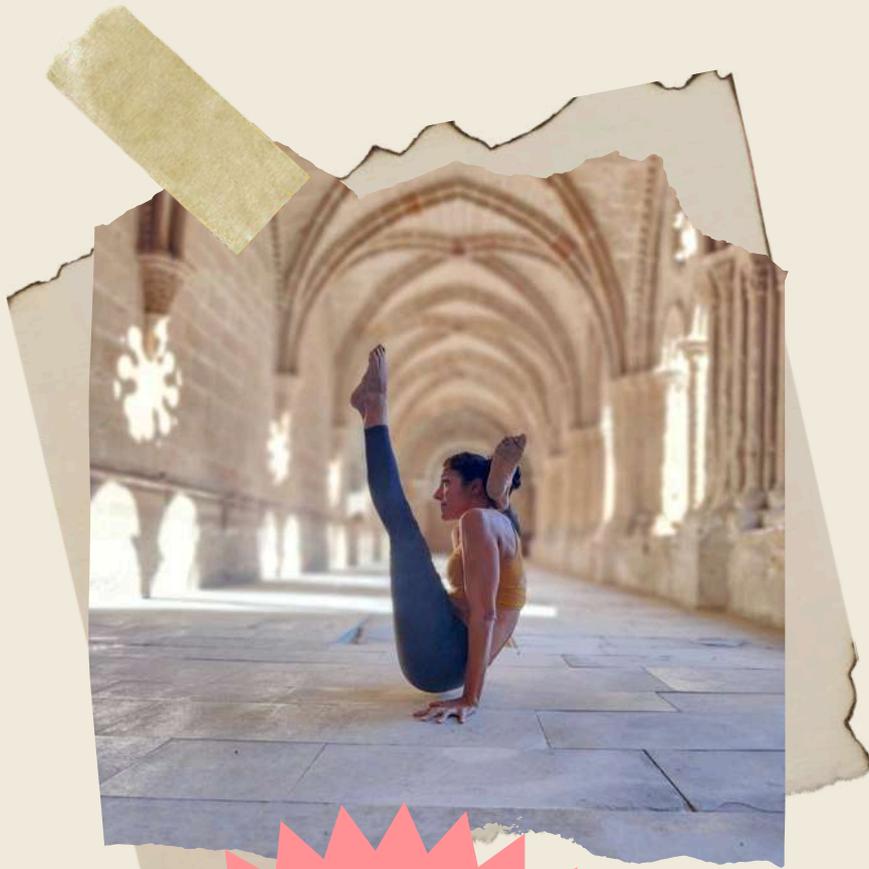
# Sobre la Hospedería

*La Vid, Burgos*

Ubicada a orillas del río Duero en una magnífica abadía premonstratense del siglo XII, es un lugar donde poder combinar el silencio y la introspección con la comodidad de un hotel de tres estrellas.

Este conjunto histórico está situado en un enclave idílico, con instalaciones al aire libre, habitaciones luminosas, todo un monasterio donde realizar las prácticas y una luminosa shala con capacidad para 50 personas.





Espacios de  
Práctica





## **Shala:**

Espacio con capacidad para 50 personas, con cálido suelo de madera maciza y con vistas a los jardines, donde tendrán lugar la mayoría de las prácticas y clases de este curso de formación.



## **Monasterio de la Vid:**

En este precioso y mágico espacio con casi infinitas posibilidades, tendrán lugar las prácticas más íntimas e introspectivas, así como las sesiones de trabajo de desarrollo y crecimiento personal.



## **Al aire libre:**

La Hospedería Monasterio de la Vid cuenta con múltiples espacios de práctica al aire libre, para poder conectar con nuestra práctica en plena naturaleza, en los bellos jardines, junto al río o la piscina.



Alojamiento



## **Las Habitaciones:**

Hay 34 amplias habitaciones dobles (con opción de uso individual) en la zona del claustro.

Estas habitaciones tienen todas acceso desde el luminoso claustro acristalado del monasterio y comunican directamente con las zonas reservadas a nuestro curso de formación.

## **Cuidados Post-Práctica:**

Las habitaciones cuentan con todas las comodidades de un hotel de 3 estrellas: amplias y cómodas camas, escritorio, nevera, caja de seguridad, aire acondicionado, TV y, en el baño, geles, toallas, secador...

## **Habitación Individual:**

Para aquellas personas que así lo comuniquen, existe la posibilidad de alojamiento en habitación doble de uso individual.

Esta opción conlleva un suplemento de 60€ por noche.



Entorno





## **El jardín:**

El monasterio está rodeado por un bello jardín apaisajado, con preciosos rincones donde poder leer, estudiar, practicar el aire libre, o dar placenteros paseos en soledad o en compañía.

## **Los alrededores:**

A 5 minutos andando hay varias ermitas, parajes del río Duero, pueblecitos y colinas, para quienes deseen dar un paseo o hacer una pequeña carrera antes de la práctica matutina.

## **Piscina Exterior:**

La Hospedería cuenta con una piscina exterior, con preciosas vistas, donde poder relajarnos durante las pausas de descanso.



La Hospedería





## **El Entorno:**

El monasterio es pura magia, y os invitamos a explorar sus rincones. Hay muchos espacios verdaderamente especiales, ideales para meditaciones y prácticas, o simplemente para relajarnos y adentrarnos en nuestro silencio.

## **La Biblioteca:**

La biblioteca, con los más variopintos volúmenes acerca de interesantísimos temas, está a tu disposición. Puedes tomar prestados los libros que quieras leer, y devolverlos al final de tu estancia.

## **La Sala de Estar:**

Una preciosa bodega hace las veces zona de estar. Es una cómoda, acogedora y luminosa zona de relax, con sillones y mesitas bajas.



La Comida





## **Comida:**

La cocina de la Hospedería te proporcionará una nueva percepción de la comida sana.

Disfrutaremos tres deliciosas comidas veganas al día, en estilo buffet. L@s chefs en el Monasterio de La Vid son reconocid@s por la excelente calidad de sus comidas y su atención al detalle.



## **Fresco de temporada:**

Las comidas están diseñadas con ingredientes de temporada producidos localmente, para crear platos llenos de sabor, color y abundancia nutricional.



## **Dietas Especiales:**

Avísanos para poder atender tus necesidades dietéticas especiales - sin trigo, sin gluten, celíacos, alergias, etc.



Mimos y Cuidados





## **Masaje y Terapias:**

Podrás reservar masajes, terapias y sesiones de trabajo corporal para tu día libre.

## **Excursión:**

Si lo prefieres, podrás disfrutar la oportunidad de conocer los bellos paisajes de los alrededores de este bellísimo paraje o visitar las preciosas ciudades de El Burgo de Osma o Aranda de Duero..



Cómo llegar





## **Aeropuerto:**

Los aeropuertos más cercanos son:

- Aeropuerto de Burgos
- Aeropuertos de Santander, Bilbao y San Sebastian
- Aeropuerto Internacional de Madrid



## **Coche:**

En la Hospedería hay posibilidad de estacionar los coches de manera gratuita y es muy fácil llegar hasta allí.



## **Mini Bus:**

En función del lugar de origen de la mayoría de asistentes, proporcionaremos un servicio de mini bus para llegar a la Hospedería.

CURSO DE  
FORMACIÓN DE  
PROFESOR@S DE  
YOGA. 200 HRS.

HOSPEDERIA MONASTERIO DE LA VID.  
DEL 27 JULIO AL 15 DE AGOSTO 2025

go  
Yoga!  
PRO