

Sobre

FINCA

SANA AU



go
Yoga!
PRO

Formación de Profesor@s de Yoga

Del 29 de Noviembre al 17 de diciembre de 2025

Sobre la Finca

Sanau, Mallorca


Finca Sanau ha sido creada con amor por María Sagreras para inspirar y nutrir a través de la extraordinaria abundancia del mundo natural. Después de haber diseñado los jardines más impresionantes de la isla, María se dedicó a construir sus propios sueños en la tierra de sus antepasados. Trabajando con un conocimiento íntimo y único del terreno y la sabiduría heredada de su familia, ha creado un idilio mágico para retiros de bienestar, para brindar el entorno más tranquilo, cómodo y encantador para las prácticas de yoga y mindfulness.





Espacios de
Práctica





Shala:

Bañada de luz natural, la sala de yoga invita a la tranquilidad y la reflexión. Las cálidas baldosas de terracota sientan las bases para una estancia relajante, mientras que los grandes ventanales ofrecen vistas a la exuberante vegetación. Una suave brisa susurra a través de las puertas abiertas y transporta los aromas de los jardines circundantes.

Al aire libre:

La finca está rodeada de exuberantes jardines que invitan a la práctica en medio de la naturaleza. Los amplios terrenos crean de forma natural espacios privados y rincones acogedores perfectos para la relajación, la meditación, el trabajo grupal, la lectura y el estudio. Todo un lujo para los sentidos y un bálsamo para el equilibrio de la mente, el cuerpo y el espíritu.



Alojamiento





Las Habitaciones:

Finca Sanau dispone de 7 amplias habitaciones dobles, con baño privado y zona de descanso individual y grupal. Estas habitaciones tienen todas acceso desde el jardín y comunican directamente con las zonas reservadas a nuestro curso de formación.



Cuidados Post-Práctica:

Las habitaciones cuentan con todas las comodidades de una finca mallorquina: amplias y cómodas camas, escritorio, calefacción y, en el baño, geles, toallas, radiador toallero y bañera.



Entorno





Los jardines:

Los exuberantes jardines son un santuario verde donde la belleza, la paz y el coro de la naturaleza ofrecen un escape encantador. Un paseo tranquilo es una invitación a la reflexión tranquila y a la conexión con los ritmos naturales de la tierra.



Piscina Exterior:

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



La Finca





El Entorno:

Finca Sanau es pura armonía, repleta de lugares verdaderamente especiales, ideales para meditaciones y prácticas, o simplemente para disfrutar del contacto con la naturaleza.

El Porche:

El Porche, con espectaculares vistas, nos ofrece un lugar idílico para disfrutar las comidas, pausas de café, momentos de relax, y tiempos de socialización o momentos de silencio, sólo rotos por sonidos del agua y cantos de los pájaros.

La Sala de Estar:

Un acogedor y cálido espacio donde recogernos con una infusión al final del día, o en los descansos tras las comidas. Es una cómoda y luminosa zona de relax, con sillones y mesitas bajas.



La Comida





Comida:

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

Disfrutaremos tres deliciosas comidas o veganas al día, en estilo buffet. L@s chefs en el Finca Sanau son reconocidos 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 la Isla. Palma y Manacor están a poca distancia de la finca y es fácil acceder a ellas.



Cómo llegar





Aeropuerto:

El aeropuerto más cercano es:

- Aeropuerto Internacional de Palma de Mallorca



Coche:

Hay posibilidad de alquilar un coche en el aeropuerto para llegar a la finca y recorrer la isla.



Mini Bus:

En función de la preferencia de la mayoría de asistentes, proporcionaremos un servicio de mini bus para llegar a Sanau.

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

FINCA SANAU.
DEL 29 NOVIEMBRE AL 18 DE
DICIEMBRE DE 2025

go
Yoga!
PRO