



WILLKA TIKA  
ESSENTIAL WELLNESS  
Rejuvenate in Peru's Sacred Valley



Retiro de *Essential Wellness*  
Para Individuos, Parejas y Grupos



## Redescubre tu Bienestar en Willka T'ika

Willka T'ika o "flor sagrada" en Quechua, es un centro de retiro y bienestar ubicado en el Valle Sagrado de los Incas, Urubamba – Cusco. Un exquisito santuario de la naturaleza especialmente diseñado para promover el bienestar y la reflexión.

Willka T'ika fue fundado en 1995 como el primer centro de retiro en el Valle Sagrado dedicado al yoga y meditación. Ubicado en uno de los lugares más impresionantes de la tierra, la belleza de la *Pachamama* se irradia en cada rincón de Willka T'ika convirtiéndolo en el espacio ideal para redescubrir tu bienestar. Desde las habitaciones cuyo diseño cuida cada detalle hasta sus maravillosos 7 *Chakra Gardens*, comida vegetariana servida directamente del huerto, espacios sagrados para ceremonias andinas y un personal totalmente dedicado a entregar el mejor servicio.

Willka T'ika alberga los famosos 7 *Chakra Gardens*, fundados y diseñados por Carol Cumes, autora del premiado libro: *Chakra Gardens, Opening the Senses of the Soul*. Cada jardín desborda la energía sanadora de flores, plantas y hierbas andinas que resuenan con la energía de cada uno de los 7 chakras o centros energéticos del cuerpo humano. La joya de Willka T'ika se encuentra en el jardín del 7mo Chakra, un majestuoso árbol de Lúcumá con más de 1000 años.

Los 7 *Chakra Gardens* representan la base del nuevo programa *Essential Wellness* que ofrece auténticos tratamientos andinos, exquisitos aceites esenciales y *blends*, yoga, caminatas, comida orgánica, mates y jugos orientados a reenergizar y potenciar el sistema inmune.

### CONTACTO:

[essentialwellness@willkatika.com](mailto:essentialwellness@willkatika.com)

[www.willkatika.com](http://www.willkatika.com)

Peru: +51 (084) 201-508

WhatsApp: +51 984-868-166

International: +1 805-884-1121





El programa **Willka T'ika Essential Wellness** integra 30 años de experiencia en las tradiciones terapéuticas andinas en un retiro de 3, 5 o 7 días. Este programa ha sido especialmente diseñado para quienes busquen reconectar con la energía sanadora de nuestra Madre Tierra, *Pachamama*. El esquema del programa se basa en los 7 *Chakra Gardens*, dedicando un día a cada chakra o centro energético. Te guiaremos a través de una secuencia de actividades conscientes como yoga, caminatas, tratamientos de spa andino, comida orgánica, jugos desintoxicantes, aceites esenciales y ceremonias sagradas.

El **Día 1** (viernes), empezarás a trabajar con el 1er Chakra “Tierra” sintonizando tu energía con la *Pachamama*. Los **Días 2 y 3** (sábado y domingo) conectarás con el “Agua” y el “Fuego” a través de ceremonias dedicadas a los elementos, yoga y caminatas en la naturaleza. Al terminar el fin de semana, sentirás una mayor coherencia entre tu cuerpo, mente y alma.

Para quienes se pueden quedar más tiempo, continuarás el **Día 4** (lunes) con el 4to Chakra “Corazón” en una ceremonia de Cacao para expandir este centro energético. **El Día 5** (martes) se enfoca en el 5to Chakra “Garganta” con una ceremonia de sonidos sanadores en *Takiwasi*, la sala de música.

Quienes se quedan la semana completa, el **Día 6** (miércoles) podrán abrir su 6to Chakra (Tercer Ojo) con una ceremonia opcional de San Pedro. El **Día 7** (jueves) estará dedicado a integrar toda la experiencia a través de tu viaje por los 7 *Chakra Gardens*.



PROGRAMA BASE	DIA	Chakra ~ JARDIN	Actividad de Bienestar	Ceremonia Andina	Tratamiento Terapéutico (opcional)	Flor Sagrada & Aceite Esencial	Jugo Detox
3 Días	Viernes	1º ~ Tierra Raíz PACHA	Visita Guiada + Yin Yoga	Ofrenda de Kintu	Consulta Personalizada (\$75)	Fuchsia & Aceite de Molle	Jugo Rojo
3 Días	Sábado	2º ~ Agua Sacro YAKU	Yoga + Caminata a las Salineras	Ceremonia de Agua	Baño de Flores (\$50)	Sábila Andina & Aceite de Manzanilla	Zanahoria & Kion
3 Días	Domingo	3º ~ Fuego Plexo Solar INTI	Yoga Pranayama	Ceremonia de Fuego	Lectura de Hoja de Coca (\$45)	Golden Yarrow & Aceite de Ruda	Piña con Cúrcuma
5 Días	Lunes	4º ~ Aire Corazón SONQO	Partner Yoga	Ceremonia de Cacao	Cama de Cristales (\$35)	Borage & Aceite de Muña	Jugo Verde
5 Días	Martes	5º ~ Éter Espacio Garganta TAKI	Flow Yoga	Ceremonia de Música	Temazcal y Piscina Fresca (\$65)	Trumpet Vine & Aceite de Eucalipto	Sábila Smoothie
7 Días	Miércoles	6º ~ Visión Tercer Ojo ÑAWI	Meditación en Movimiento Jardín Espiral	Ceremonia opcional de San Pedro (\$150)	Masaje Andino (\$80)	Shasta Daisy & Aceite de Romero	Berry Smoothie
7 Días	Jueves	7º ~ Universo Corona UMA	Yoga de Despedida	Ceremonia de Ayni (Árbol de Lúcumá)	Blend de Hidrosol (\$25)	Angel's Trumpet & Aceite de Lavanda	Lúcumá Smoothie





### **Programa Willka T'ika Essential Wellness incluye:**

- Actividades de Bienestar: Clases de Yoga y Meditación y caminatas en la naturaleza
- Ceremonias Andinas para conectar con *Pachamama*
- 3 comidas vegetarianas y orgánicas por día para nutrir y desintoxicar tu cuerpo
- 1 jugo *detox* cada mañana
- Mates frescos de *Healing Gardens*
- Un diario de *los Chakra Gardens* para guiarte en tu viaje de transformación
- Todos impuestos peruanos

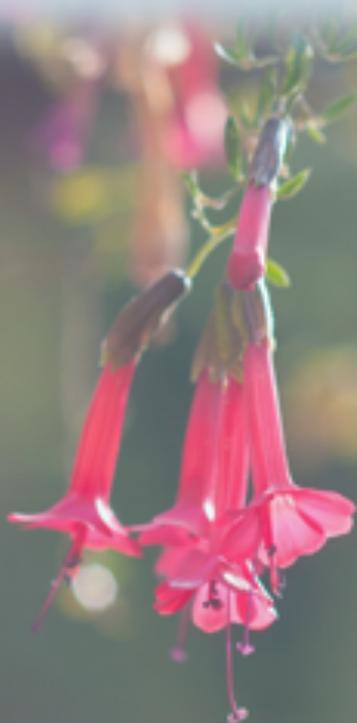
### **Adicionales:**

- Los tratamientos del Spa Andino se pueden reservar *a la carta* o incluir todos los tratamientos con un descuento de 15% para el programa *Full 7 Day Chakra*.
- Puedes reservar un Programa de *Detox* de Jugos por \$40 por día.
- Los aceites esenciales e hidrosoles 100% puros de Willka T'ika por \$25 / frasco
  - ~Molle para relajar los músculos
  - ~Romero para concentración
  - ~Ruda para protección
  - ~Muña para abrir el corazón
  - ~Eucalipto para la inmunidad
  - ~Lavanda para la relajación y la calma

*"Willka Tika es un lugar mágico, un lugar para realizar actividades espirituales y conectarse con la naturaleza. Los jardines están cuidadosamente diseñados, llenos de flores. El Jardín de los Chakras, es maravilloso, cada chakra está representado, y las flores que lo rodean tienen que ver con la energía particular de cada uno de ellos. La comida es 100% orgánica, cultivada en su propio huerto, las habitaciones muy cómodas y decoradas con materiales de calidad y buen gusto. El personal es muy amable y servicial, están pendientes de lo que uno necesita. Es un lugar para relajarse y conectarse con uno mismo" ~ Paula D.*

<b>PRECIO ESPECIAL 2020</b>	<b>3 DIAS</b> Chakras 1 - 3	<b>5 DIAS</b> Chakras 1- 5	<b>7 DIAS</b> Chakras 1- 7
Programa <i>Base Chakra</i> (por persona)	<b>\$450</b> (precio regular \$900)	<b>\$750</b> (precio regular \$1500)	<b>\$975</b> (precio regular \$1950)
Tratamientos Recomendados (incluye <b>15%</b> descuento con reserva anticipada)	<b>\$145</b> (Consulta Personalizada, Baño de Flores, Lectura de Hoja de Coca)	<b>\$225</b> "3 Días" + Baño de Cristales Temazcal y Baño de Hidrosol	<b>\$320</b> "5 Días" + Masaje Andino, Blend de Hidrosol Personalizado
Programa <i>Full Chakra</i> (todos los tratamientos)	<b>\$595</b>	<b>\$975</b>	<b>\$1295*</b>

\* Para el programa de 7 días, la ceremonia de San Pedro cuesta \$150 adicionales (\$1445 total)





## Descripción de Tratamientos Terapéuticos:

### Consulta Personalizada

Nuestra experta de flores te brindará una consulta personalizada para guiarte por el mundo sanador de las plantas del Valle Sagrado. Aprende a conectarte con tus emociones y comprender las plantas y flores en una manera netamente profunda.

### Yoga

Nuestras clases son restorativas y diseñadas para cualquier nivel de experiencia. Disfruta de las dos amplias salas de yoga de Willka T'ika completamente equipadas con tapetes, blocks, straps, cojines y frazadas andinas para apoyarte.

### Baños de Flores

Dáte el gusto de un baño floral debajo del cielo estrellado. A nuestros huéspedes les encantan estos pozos, tallados de piedra y escondidos dentro de jardines privados. De día los baños se calientan con paneles solares y de noche se llenan con flores medicinales y sal de Maras y se imbuen con aceites esenciales. Es una experiencia inolvidable!

### Lectura de Hoja de Coca

Hace más de 20 años que trabajamos con *Layka*, una curandera auténtica andina. Ella te ofrecerá una lectura reveladora a través de sus sagradas hojas de coca. Aprenderás algo nuevo de tus relaciones íntimas, tu salud y tu camino profesional. Además, las lecturas apoyan nuestra Fundación de Niños: [Willka T'ika Children's Fund](#) que patroniza proyectos de educación en comunidades remotas y sin acceso.

### Cama de Cristales

Esta terapia única combina cristales, colores, luces y música para sintonizar los centros de energía de cuerpo (los chakras). Es un tratamiento super tranquilo que te dejará revitalizado y refrescado.

### Temazcal & Piscina Fresca

Pasar la tarde con una detoxificación completa! Nuestro Temazcal o *Humpina Wasi* te ayudará a limpiar tu cuerpo y mente. Después de una buena sudada y limpieza guiada, puedes bañarte en nuestra piscina medicinal, *Hampi Yaku*. Hasta puedes pedir un hidrosol sanador para imbuir en tu baño regenerativo.

### Masaje Andino

Nuestro Spa Andino ofrece una variedad de tratamientos para relajar el cuerpo. Los más solicitados son el masaje andino, el masaje de aromaterapia y el masaje de piedras calientes. Nuestros facials utilizan productos naturales de nuestros propios jardines y nuestra reflexología incorpora sal de Maras y aceites esenciales.

**Blends de Hidrosol** De nuestros *Healing Gardens* producimos aceites, hidrosoles y esencias de flores para crear combinaciones terapéuticas absolutamente únicas. Puedes pedir un blend personalizado para ayudarte con la concentración, la relajación o la protección. Llévate un recuerdo de Willka T'ika contigo!





## Preguntas Más Frecuentes

### Qué está incluido en el Retiro de *Essential Wellness*?

- ~Hemos intentado incluir lo máximo posible: todas las comidas orgánicas, clases de yoga y meditación, caminatas guiadas y ceremonias auténticas andinas. Ver el programa en P. 4 para los detalles!
- ~Te regalamos un diario de *Chakra Garden* para seguir tu viaje transformacional. Nuestro libro te ayudará a conocer y a meditar en cada uno de los 7 *Chakra Gardens*.
- ~Un jugo detox será servido cada mañana como parte del program Chakra Garden Wellness.
- ~Los tratamientos terapéuticos son opcionales y cada uno tiene su costo. Para los que quieren aprovechar de todos los tratamientos recomendados, ofrecemos un descuento de 15% con reserva anticipada.

### Puedo llegar otro día?

- ~Sí es posible. Recomendamos empezar el programa el viernes con el 1r Chakra; sin embargo, también puedes empezar el retiro cualquiera de los otros días.
- ~Puedes llegar uno o dos días antes para aclimatarte a la altura de 2871 metros.

### Puedo personalizar mi propio retiro?

Las actividades conscientes y ceremonias están programadas en días específicos para coordinar con el programa de Chakra Garden Wellness. Normalmente, los tratamientos se pueden pedir para otros días, con reserva anticipada.

### Se puede pedir una ceremonia de San Pedro otro día?

La ceremonia de San Pedro (\$150) es solamente para los que participan en el Retiro de 7 Días. Se ofrece el día 6 ya que depende de la preparación y purificación de los primeros 5 días. Para los que quieran participar en tal ceremonia en otro día, te podemos recomendar un facilitator cerca de Willka T'ika.

### Cúales son los costos adicionales?

Estos tratamientos están descontados **15%** para participantes del programa.

- ~Consulta Personalizada con experta bilingue (\$75)
- ~Masaje Andino (\$80-\$90)
- ~Cama de Cristales (\$35)
- ~Lectura de Hoja de Coca (\$45)

Estas ceremonias toman lugar en un día específico:

- ~Martes: Temazcal y Piscina Fresca(\$65)
- ~Miércoles: Ceremonia de San Pedro (\$150)

Detox completo de 5 jugos al día (\$40/day)

Aceites Esenciales producidos en nuestros jardines (\$25 por 5ml)