



WILLKA TIKA

ESSENTIAL WELLNESS

Rejuvenate in Peru's Sacred Valley



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

14-20 de Enero, 11-17 de Marzo, 13-19 de Mayo, 22-28 de Julio, 16-22 de Septiembre, 11-17 de Noviembre



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

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 un Temazcal de purificación con su piscina medicinal (opcional) y una ceremonia de sonidos sanadores.

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 Fresco
3 Días	Viernes	1º ~ Tierra Raíz PACHA	Visita Guiada + Yoga Nidra	Ofrenda de Kintu	Terapia Esencias de Flores (\$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 Flow + Caminata a las Salineras	Ceremonia de Fuego	Lectura de Hoja de Coca (\$35)	Golden Yarrow & Aceite de Ruda	Piña con Cúrcuma
5 Días	Lunes	4º ~ Aire Corazón SONQO	Yoga del Corazón	Ceremonia de Cacao	Cama de Cristales (\$30)	Borage & Aceite de Muña	Jugo Verde
5 Días	Martes	5º ~ Éter Espacio Garganta TAKI	Yoga de Expresión	Ceremonia de Sonido	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 (\$180)	Masaje Andino (\$80)	Shasta Daisy & Aceite de Romero	Berry Smoothie
7 Días	Jueves	7º ~ Universo Corona UMA	Meditación de Integración	Ceremonia de Ayni (Árbol de Lúcumá)	Aceite Esencial (\$35)	Angel's Trumpet & Aceite de Lavanda	Lúcumá Smoothie





Programa Willka T'ika Essential Wellness incluye:

- Alojamiento en Willka T'ika Luxury Resort (compartido en habitación lujo o privado en habitación garden)
- 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 fresco cada mañana
- Mates frescos de *Healing Gardens*
- 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.
- Un diario de los *7 Chakra Gardens* para guiarte en tu viaje de transformación (\$20)
- Los aceites esenciales e hidrosoles 100% puros de Willka T'ika por \$35 / 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 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.

PRECIO NACIONAL 2022	3 DIAS Chakras 1 - 3	5 DIAS Chakras 1- 5	7 DIAS Chakras 1- 7
Programa <i>Base Chakra</i> (por persona)	\$450 (precio regular \$900)	\$750 (precio regular \$1500)	\$975 (precio regular \$1950)
Tratamientos Recomendados (incluye 15% descuento con reserva anticipada)	\$145 (Consulta Personalizada, Baño de Flores, Lectura de Hoja de Coca)	\$225 "3 Días" + Baño de Cristales Temazcal y Baño de Hidrosol	\$320 "5 Días" + Masaje Andino, Blend de Hidrosol Personalizado
Programa <i>Full Chakra</i> (todos los tratamientos)	\$595	\$975	\$1295*

* Para el programa de 7 días, la ceremonia de San Pedro cuesta \$180 adicionales





Descripción de Tratamientos Terapéuticos:

Terapia Personalizada Esencias de Flores

Nuestra experta de flores te brindará una consulta personalizada para guiarte por el mundo sanador de las flores. Aprende a conectarte con tus emociones y comprender las plantas de una manera más 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.

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 faciales 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!
- ~Todas las comidas, jugos frescos y matés están incluidos como parte del programa #EssentialWellness.
- ~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 (\$180) 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 facilitador cerca de Willka T'ika.

Cúales son los costos adicionales?

Estos tratamientos están descontados 15% para participantes del programa.

- ~Terapia Restauración Energética (\$75)
- ~Baño de Florecimiento (\$50)
- ~Cama de Cristales (\$30)
- ~Lectura de Hoja de Coca (\$35)
- ~Masaje Andino (\$80-\$90)

Estas ceremonias toman lugar en un día específico:

- ~Martes: Temazcal y Piscina Fresca(\$65)
- ~Miércoles: Ceremonia de San Pedro (\$180)

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

Aceites Esenciales producidos en nuestros jardines (\$35 por 5ml)