

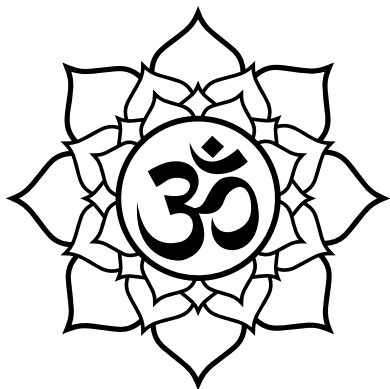


@CASAYOGAMONTEJAQUE 2026

ASHTANGA YOGA

6-7-8 DE MARZO

@tiago_doria



EL CENTRO DISPONE DE
ESTERILLAS DE YOGA Y TOALLAS
DE ASEO PERSONAL
PERO PUEDES TRAER TU PROPIO
MATERIAL

VIERNES 6 CHECK-IN A PARTIR
DE LAS 5PM

PROGRAMA 2026

6:00 PM

BIENVENIDA

PRESENTACIÓN DEL GRUPO Y EL
PROFESOR. CLASE EXPLICATIVA
CONCEPTO. PRIMERA SERIE GUIADA +
PRANAYAMA & MANTRAS

8:00 PM

CENA

SI NO PUEDES ESTAR EN EL MARGEN DE LLEGADA NOS AVISAS PARA RECIBIRTE
SIN PROBLEMA. LA LOCALIDAD SE LLAMA [MONTEJAQUE](#), A 19 KM DE RONDA.

EL AEROPUERTO MÁS CERCANO ES EL DE MÁLAGA. ESTACIÓN DE TREN RONDA
ES LA QUE TIENE MÁS OFERTA DE HORARIOS. PUEDES REVISAR LA MEJOR
FORMA PARA TÍ.

DESPUÉS HAY QUE TRASLADARSE EN COCHE HASTA EL ESPACIO PERO
PODEMOS ORGANIZAR CON LOS ASISTENTES PARA QUE PODÁIS COMPARTIR
TAXI. CREO QUE ES LA MEJOR OPCIÓN.

@tiago_doria



SÁBADO 7

6:30 AM

CLASE PRÁCTICA

08:30 AM

PRANAYAMA (RESPIRACIÓN)

9:00 AM

DESAYUNO

TIEMPO LIBRE

11:30 AM

TALLER DUDAS Y MEJORAMIENTO

13:00 PM

ALMUERZO [COMIDA]

4:00 PM

PASEO - RUTA CERCANA (EL PLAN
PUEDE VARIAR DEPENDIENDO DEL
CLIMA) - OPCIONAL

6:00 PM

FILOSOFÍA & PRÁCTICA

20:00 PM

CENA

DOMINGO 8

6:30 AM

CLASE PRÁCTICA

08:30 AM

PRANAYAMA (RESPIRACIÓN)

9:00 AM

DESAYUNO

10:00 AM

CONCLUSIÓN Y DESPEDIDA

CHECK OUT- SALIDA A LAS 12

@tiago_doria



TIAGO DORIA - BIO

Graduado en Artes Escénicas, cuenta con experiencia en danza, acrobacia, psicomotricidad y escenografía, junto con formación en shiatsu. Tiago comenzó su camino de ashtangui en el 2009 con Ana Filipa en Lisboa para continuar su aprendizaje luego con Lea Marie Perfetti y Tarik Van Prehn. Al final de 2016 viaja a Mysore (India) para practicar con Sharath Jois. Doria ha compartido su práctica como profesor de Yoga invitado en el CCCD y WomanFit en Carnaxide; Hara en Odivelas; Lotus y Myoga, en Queijas; Virgin Active, en Oeiras; Estudio Alma en Monte Estoril; Yoga Studio en Gijón; 8 Yoga Shala (Tromsø, Noruega).

Compartió su enseñanza desde 2012 hasta 2019 en su shala Ashtanga Yoga Algés, en Lisboa (su ciudad natal). En Vigo ha ofrecido clases diarias y workshops en @yogacaledonia desde 2017 hasta 2022. Ha sido profesor invitado en varias ocasiones en Ashtanga Yoga Málaga y los últimos años ha enseñado en @ashtangayogacascas de forma ocasional, y en Goa (India) durante largas temporadas. En 2025 Tiago ha acudido de nuevo a Mysore junto a Saraswati Jois para continuar con su devoción por esta disciplina que comprende como su modo de vida.

INTENSIVO 6-7-8 MARZO

@tiago_doria

@casayogamontejaque



Tarifas por persona

HABITACIÓN COMPARTIDA 2
PERSONAS CAMA 90 - BAÑO
COMPARTIDO
285€



El traslado y la salida del
encuentro es
responsabilidad del
alumno

Tarifas por persona

HABITACIÓN COMPARTIDA 4
PERSONAS LITERAS - BAÑO
COMPARTIDO
265€



CLASES DE YOGA Y
DIETAS INCLUIDAS EN
LA EXPERIENCIA
(COMIDA
VEGETARIANA)





El pintoresco pueblo de Montejaque se trata de un lugar con encanto pues desde aquí se puede ver la dimensión de las montañas y de sus campos. Merece la pena pararse a contemplar todo lo que hay alrededor además de ser un lugar excepcional de fácil acceso y con una estupenda luminosidad.

Forma parte de La Sierra Natural de Grazalema, destaca por sus montañas, rutas de senderismo, el verde de sus árboles y su tranquilidad. Forma parte de la ruta de los pueblos blancos, además está muy bien cuidado y es el lugar elegido de visitantes de todo el mundo, algunos se quedaron a vivir aquí.

@casayogamontejaque es una casa reformada dentro del barrio nazarí, con una estructura tradicional de la época. Caminar por sus callejuelas es digno de admirar.



C. VICENTE ESPINEL, 22, 29360 MONTEJAQUE, MÁLAGA



RESERVAS

DEPÓSITO DEL 40% DEL VALOR TOTAL DEL RETIRO CON 30 DÍAS
DE ANTELACIÓN A LA FECHA
EL RESTO A LA LLEGADA EL VIERNES DE CADA ENCUENTRO

EN CASO DE LA NO ASISTENCIA DEL ALUMNO, NO PODREMOS HACERLE EL
REEMBOLSO DEL VALOR DE LA RESERVA. SOLAMENTE NOS HAREMOS CARGO DE
DICHO REEMBOLSO SI EL RETIRO NO SALE ADELANTE. SI SE DIESE TAL CIRCUNSTANCIA,
NOTIFICAREMOS 30 DÍAS DE ANTELACIÓN Y SE DEVOLVERÍA EL 100% DEL VALOR DE LA
RESERVA MEDIANTE LA MISMA FORMA DE PAGO.



omdoria@gmail.com