



+



20 A 22 DE NOVEMBRO

ROTA MÍSTICA EM RETIRO *de Yoga*



SÃO THOMÉ DAS LETRAS - MG

Uma experiência que conecta
corpo, mente e alma.

Três dias para desacelerar, se conectar
com a natureza e vivenciar São Thomé Das
Letras de uma forma única, unindo yoga,
espiritualidade e experiências turísticas.

Desacelere. Respire. Conecte-se. Transforme-se.





+



SOBRE A EXPERIÊNCIA

A Rota para o Retiro de Yoga é uma experiência que une turismo, natureza, yoga e espiritualidade em São Thomé das Letras.

Mais que um Passeio, um Retiro para viver momentos inesquecíveis em um dos lugares mais energéticos do Brasil. Yoga, natureza, trilhas, cachoeiras e conexão espiritual para renovar suas energias e viver o extraordinário em São Thomé das Letras.



Expedição Rota Mística

 20 a 22 DE NOVEMBRO DE 2026

O que está incluso?



HOSPEDAGEM



CAFÉ DA
MANHÃ
E ALMOÇO



YOGA
INCLUSIVO



PALESTRAS
E VIVÊNCIAS



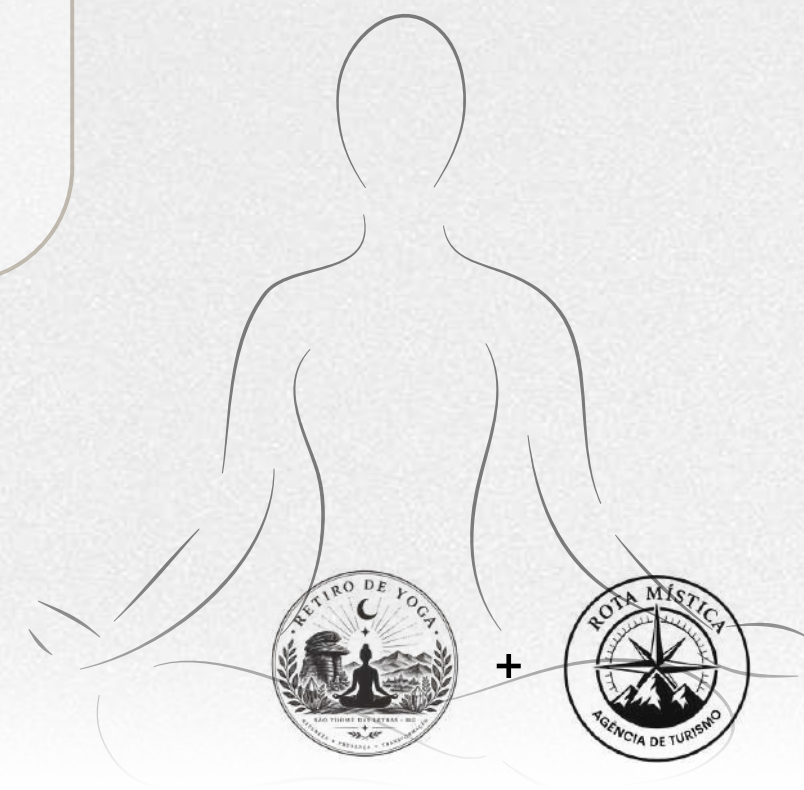
PASSEIO
TURÍSTICO



FOTOGRAFIAS
DA EXPERIÊNCIA



Yoga inclusivo para todos os corpos e idade.
Um convite para se reconectar, cuidar de você e viver o extraordinário



Informações gerais

PROGRAMAÇÃO

EMBARQUE



BARRA FUNDA

19/11/26

22H00 DA NOITE



TIETÊ

19/11/26

23H00 DA NOITE

CHEGADA



SÃO THOMÉ DAS LETRAS

20/11/26

7H00 DA MANHÃ



ITINERÁRIOS DO DIA 1

08H00



CAFÉ DA MANHÃ

09H30



CIRCULO DE BOAS-VINDAS
E ENTREGA DOS KITS

10H00



PRÁTICA DE YOGA

11H30



RESTAURANTE NO
RECANTO

12H30



GRUTA DO LABIRINTO

13H30



POÇO AZUL

16H00



CAFÉ DA TARDE

17H30



RETORNO PARA POUSADA

20H00



FOGUEIRA DE MANTRAS E MITOLOGIAS



+



Informações gerais

PROGRAMAÇÃO

ITINERÁRIOS DO DIA 2

- 07H00  HATHA YOGA + PRANAYAMA
- 08H30  CAFÉ DA MANHÃ
- 09H30  PASSEIO: ROTA DAS ÁGUAS
- 12H30  RESTAURANTE REDONDEL
- 13H30  OFICINA: 8 PASSOS DO YOGA
- 14H30  RETORNO PARA A POUSADA
- 16H00  PÔR DO SOL NA TOCA DO GUARDIÃO
- 17H30  TEMPO LIVRE EM SÃO THOMÉ DAS LETRAS
- 21H00  RETORNO PARA A POUSADA

ITINERÁRIOS DO DIA 3

- 05H30  YOGA AO NASCEL DO SOL
- 07H00  CAFÉ DA MANHÃ
- 08H00  PASSEIO: TREKKING NA MONTANHA MÁGICA
- 11H00  RESTAURANTE ALQUIMISTA
- 12H30  RETORNO PARA A POUSADA
- 13H00  ENCERRAMENTO DO RETIRO

RETORNO



CHECK-OUT

 22/11/26

 15H00 DA TARDE

 22H00 CHEGADA EM SÃO PAULO

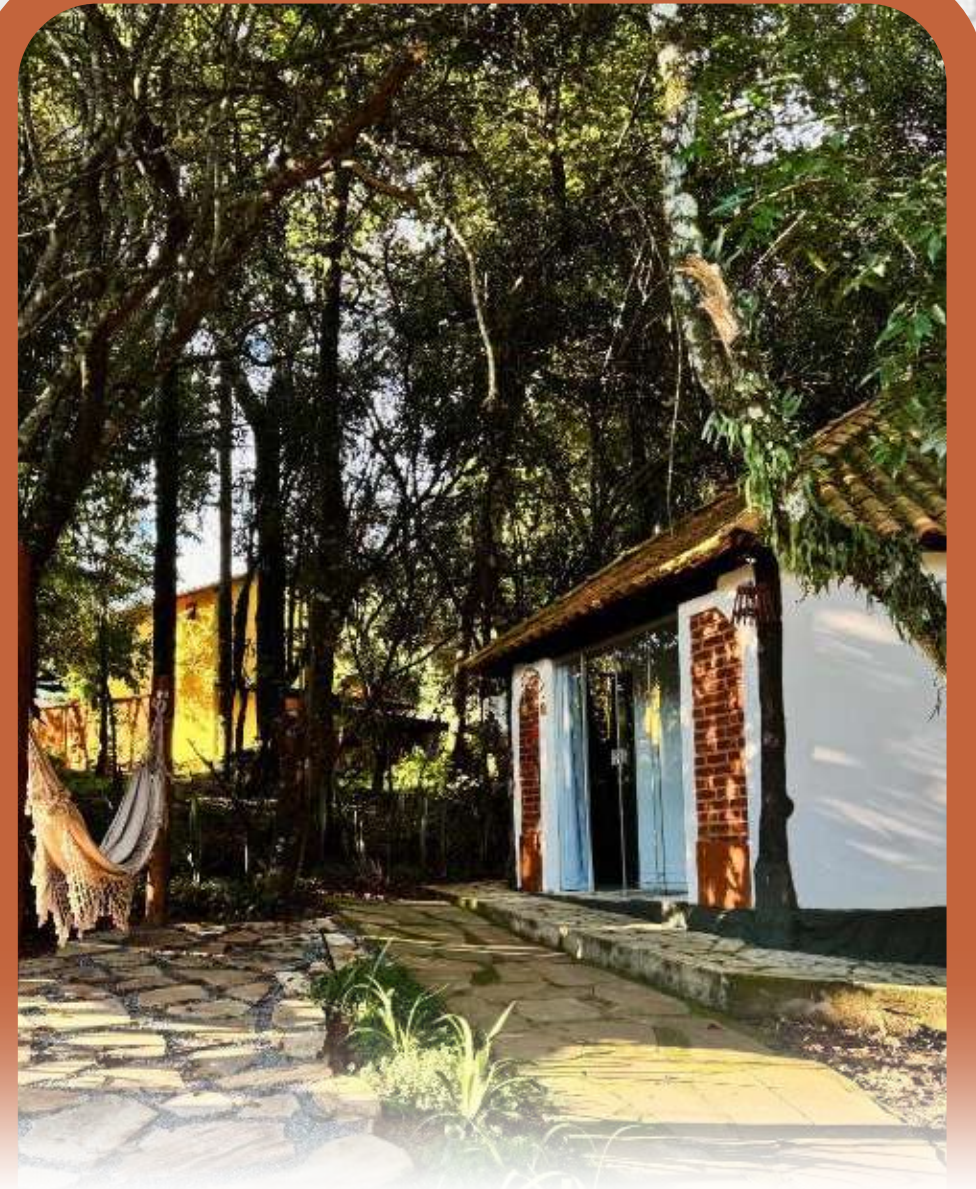
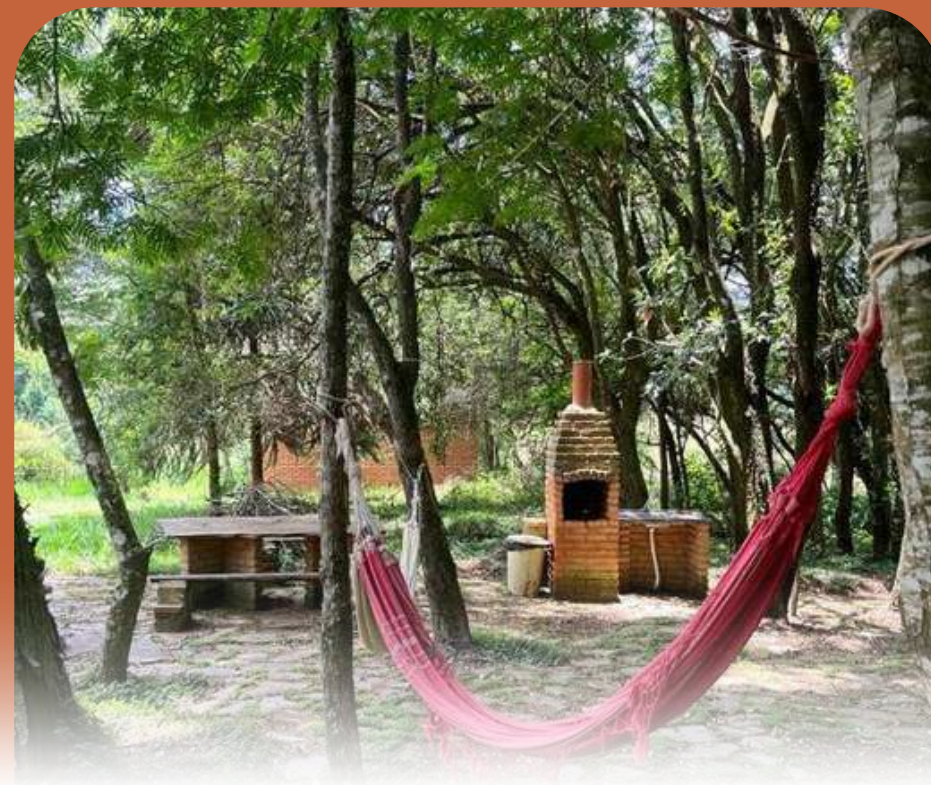


+



SOBRE A HOSPEDAGEM

A Pousada Árvore Centenária, em São Thomé das Letras, será o cenário do nosso Retiro de Yoga. Em meio à tranquilidade e ao contato com a natureza, o espaço proporciona o ambiente ideal para dias de conexão, descanso, práticas de yoga e experiências especiais.



+



Galeria de fotos - Pousada Árvore Centenária



+



SOBRE OS PASSEIOS

Os passeios do Retiro de Yoga foram cuidadosamente escolhidos para proporcionar momentos de conexão, presença e contemplação em meio à natureza de São Thomé das Letras.

PASSEIOS INCLUSOS:

DIA 1



GRUTA DO LABIRINTO

DIA 2



ROTA DAS ÁGUAS

DIA 3



TREKKING NA MONTANHA MÁGICA



Pacote Turístico Retiro de Yoga

INVESTIMENTO

R\$
10 x **175**,63



Cartão
débito ou crédito
em até 10x S/ juros



Pix
ou dinheiro





Encontre a gente:

 @rotamisticastl

 /amundsentl

 @rotamisticastl

 contato@rotamistica.com.br