



2026



MONESTIR SANT BENET DE MONTSERRAT

5 i 6 de Maig
amb la cantant Rosa Zaragoza

Néixer i renéixer

NIVELL 2 DE 3

Curs residencial de dos dies al Monestir de Sant Benet de Montserrat. Reserves a la web de Sant Benet. Obert a totes les dones i homes.

Horaris

1r dia: arribada 13:30h per dinar; 15h-18h taller; 19:30h sopar i compartir.

2n dia: 9h esmorzar; 9:30h-13h taller; 13:30h dinar i compartir.

Continguts

Cantar, moure's i compartir en comunitat obre **camins de sanació, alegria i renovació** interior profunda. El taller "**Néixer i renéixer**" és una experiència de **transformació** que integra **cant, dansa i ritual** per reconnectar amb la pròpia llum. Una invitació a deixar enrere velles capes i obrir-se a un nou cicle vital. La pràctica convida a **trobar el plaer d'habitar el cos i expressar-se lliurement**.

Nivell 2 de 3. No cal experiència anterior.

La formació sencera amb Rosa són 3 mòduls.

Preu, total 190€. Inclou: Preu complet del curs (2 dies). Allotjament en habitació compartida (2 o 3 persones) i pensió completa. Dinar i sopar del primer dia. Esmorzar i dinar del segon dia. **Més informació a la web.**

Adreçat a

Obert a **dones i homes** de totes les edats que desitgin aprofundir en el creixement personal i l'expressió creativa.