



Sítio Sattva
Natureza é consciência

Encontro Saberes e Sabores

27, 28 e 29 de
outubro



SOBRE O SÍTIO

O Sítio Sattva está localizado em Vitor Hugo, região das montanhas capixabas próximo a Pedra Azul, cercado por uma floresta preservada, com águas de nascentes e uma rica biodiversidade de fauna e flora da Mata Atlântica brasileira.

PROGRAMAÇÃO

Práticas de Yoga

Nutrição funcional

Oficina de probióticos

Meditações

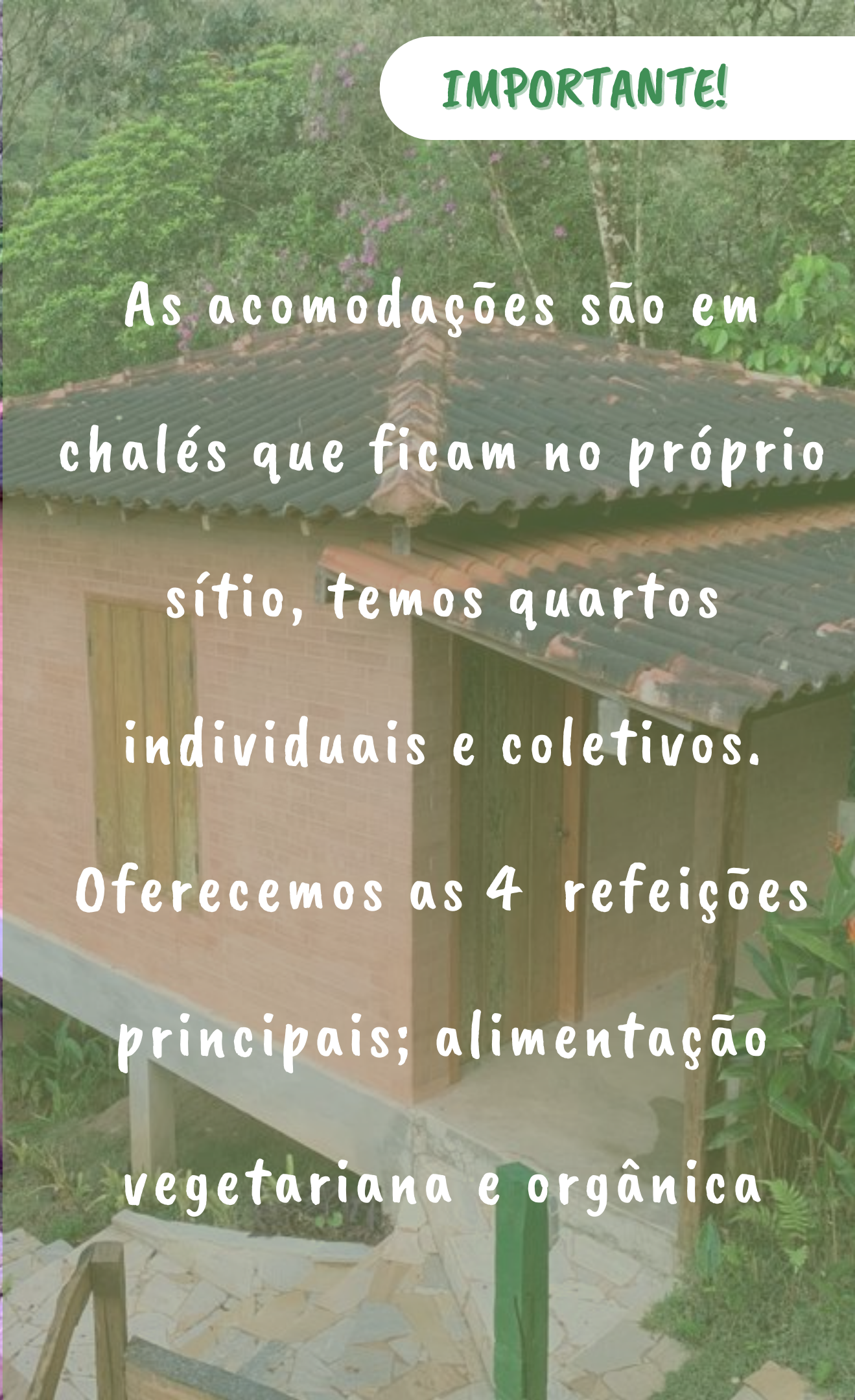
Caminhada na floresta

Banhos de rio





IMPORTANTE!



As acomodações são em
chalés que ficam no próprio
sítio, temos quartos
individuais e coletivos.
Oferecemos as 4 refeições
principais; alimentação
vegetariana e orgânica



DIA 27 SEXTA

- Chegada à partir de 17hs
- 18hs Apresentação do sítio
- 19hs Jantar
- 21hs Recolhimento

DIA 28 SÁBADO

- 6:30hs Meditação
- 7:00hs Prática de Shivam Yoga
- 8:00hs Café da manhã
- 9:30hs Bate papo: Nutrição funcional
- 12:00hs Almoço
- 14:00hs Oficina de probióticos
- 16:00hs Lanche
- 16:30hs Meditação
- 19:00hs Jantar

A photograph of a man and a young child walking along a dirt path in a dense, green forest. The man, wearing a blue t-shirt and dark shorts, is smiling and holding a long stick. The child, wearing a red shirt and dark pants, is also smiling and carrying a basket on their back. The forest is filled with various types of trees and plants, creating a vibrant and natural setting.

DIA 29 DOMINGO

- 6:30hs Meditação
- 7:00hs Prática de Shivam Yoga
- 8:00hs Café da manhã
- 9:30hs Caminhada na floresta
- 11:00hs Banho de rio
- 12:00hs Almoço
- 14:00hs Fechamento

VALORES

- Quarto individual por pessoa R\$1200,00 à vista ou R\$1290,00 em 3X de R\$430,00.
- Quarto coletivo por pessoa R\$980,00 à vista ou R\$1050 em 3x de 350,00 incluso: vivências, estadia e alimentações: café da manhã, almoço, lanche e jantar.



EXTRAS

Massoterapia indiana

(sessão): R\$180,00

Banho de Ofurô

(sessão): R\$170,00

O QUE LEVAR...

Roupas de cama, banho e cobertor

Roupa de frio e calor

Capa de chuva ou guarda-chuva

Lanterna

Repelente

Calçado confortável para
caminhada

Biquíni/Sunga

Mais informações:

☎(27)98116-7763

www.nucleosattva.com.br



Sítio Sattva
Natureza é consciência