

Conspirare

Respirar juntos



Escuela
de Crecimiento



Experiencia de
fin de semana

Disfruta.Sin más.

22 al 24 de mayo de 2026

Torre del Compte
(Matarraña)
Teruel





“Tres días para parar, respirar y recordar lo simple”



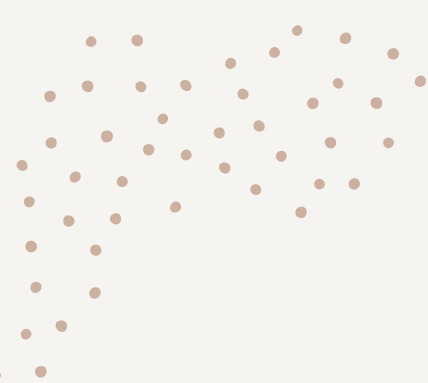
Y o g a
M o v i m i e n t o



N a t u r a l e z a



M e d i t a c i ó n



Una experiencia única

A veces, necesitamos parar.

No porque algo vaya mal, sino porque vamos demasiado rápido para escucharnos.

Este retiro de fin de semana nace desde ahí, de la necesidad de bajar el ritmo, volver al cuerpo y recordar lo que verdaderamente importa.

Y eso, eres tú

Conspirar viene del latín conspirare, cuya traducción es **respirar juntos.**

Durante tres días compartiremos prácticas de yoga, naturaleza, meditación y respiración.

Y algo fundamental, el encuentro con personas afines a ti, de manera sencilla y sin exigencias.

Un lugar donde relajarte, recargarte y simplemente estar.

Disfrutar. Sin más.

Respirar aire puro.
Respirar la belleza del entorno.
Respirar y nutrirnos adecuadamente.
Respirar y renovarnos.
Respirar y dejar de lado las cargas mentales.
Sólo respirar.



Escuela
de Crecimiento

Tiempo para ti

Conectar con tu cuerpo

Limpieza emocional

Herramientas prácticas

¿Qué me llevo?

Comunidad y apoyo

Crecimiento personal

Desconexión digital

Descanso

Preguntas frecuentes

¿Para quién es este retiro?

- Necesitas parar y regalarte tiempo para ti
- Quieres sentir tu cuerpo y tus emociones desde una mirada más amable
- Buscas herramientas simples para cuidarte mejor
- Valoras espacios auténticos de encuentro contigo y con las demás personas
- O simplemente sientes la llamada de dedicarte ese fin de semana

¿Necesito experiencia en yoga y meditación?

No. Todas las prácticas están diseñadas para todos los niveles y circunstancias personales

¿Todo el tiempo es silencio y seriedad?

No. La idea de un retiro estricto y exigente no va conmigo. Habrá momentos de prácticas, pero también valoro mucho conversaciones donde aprendemos de los demás y las risas compartidas.

¿El ritmo es muy exigente?

No. Alternamos actividades y descanso con tiempo personal para disfrutar del entorno.

¿Tengo que participar en todo?

No. Cada participante es libre de escuchar su propio ritmo y participar según lo necesite

No tengo vehículo propio, ¿cómo puedo ir hasta el alojamiento?

No hay problema, siempre se comparte viaje y coche con participantes que dispongan de vehículo. Que eso no sea un motivo para no venir, lo solucionamos.

Nunca he ido a un retiro, ¿puedo ir sin acompañante?

En los retiros anteriores hay personas que vinieron solas y por primera vez. Su experiencia fue muy positiva. Si sientes que es tu momento, hazlo, además es muy recomendable.



Sobre el lugar

Hotel La parada del Compte

<https://www.hotelparadadelcompte.com/>



La Parada del Compte es una antigua estación de ferrocarril convertida en un Hotel****. Se encuentra situada en la región del **Matarraña, en Teruel**, Aragón, España.

Cada habitación está decorada de forma individual siguiendo los estilos de las más emblemáticas ciudades y estaciones de tren. Cada una de ellas cuenta con TV, aire acondicionado, minibar, zona de estar independiente y baño privado con secador de pelo.

El hotel ofrece conexión Wi-Fi gratuita, acceso a la piscina al aire libre, al jardín y a un cómodo paseo entre las inmediaciones del mismo.

Se permite el acceso al lago del Hotel La Parada del Compte, ideal para disfrutar de la naturaleza y la tranquilidad que ofrece. Y cuenta con **diferentes espacios** para **nuestras prácticas** y encuentros, además del **restaurante** y menú diario a elegir.





¿Quién facilita?



Victoria de Miguel

Mi nombre es Victoria de Miguel, creadora de Escuela de Crecimiento, un centro donde, como su nombre indica, el objetivo es crecer y mejorar en todos los aspectos de nuestra vida. Llevo años acompañando **procesos de bienestar** desde una mirada integradora de cuerpo, la mente y la energía. Este será el sexto retiro que facilito, y la tercera edición de Conspirare. Un espacio que ha ido tomando forma con cada grupo y con cada vivencia compartida, **creándose entre todos**.

Mi forma de acompañar no es desde el lugar de “enseñar”, sino de guiar. De **sostener el espacio** para que cada persona pueda escucharse, comprenderse y volver a si misma.

Pongo a tu disposición diferentes herramientas, y mi labor es ir aplicándolas según la necesidad del grupo.

Sobre todo, cuido el detalle.

El ambiente.

El ritmo.

La energía que se crea entre todos.

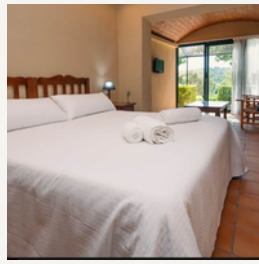
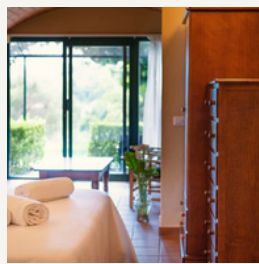
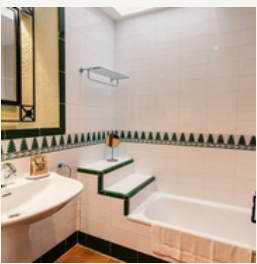
Yo abro el espacio, pero **conspirare nace de los participantes y sus necesidades**.





Escuela
de Crecimiento

Detalles del alojamiento



Regálate esta experiencia. Solo necesitas reservar.

¿Qué incluye la aportación al retiro?

- Alojamiento en hotel de 4*
- Pensión completa
- Todas las prácticas y acompañamiento
- Material necesario

¿Qué no incluye la aportación al retiro?

- Bebidas en comidas y descansos

Aportación

Habitación compartida

- Early bird hasta 1 de mayo: 290€
- A partir del 1 de mayo: 320€

Alojamiento en furgoneta en zona habilitada del hotel

- Early bird hasta 1 de mayo: 190€
- A partir del 1 de mayo: 210€

Para reservar tu plaza:

- Se realiza una reserva de 150€ a través de la web
- Resto del pago: en efectivo, a la llegada.

Condiciones:

- La reserva no es reembolsable a partir del 1 de mayo de 2026

**Plazas limitadas para cuidar el grupo.
Visita la web y confirma la tuya**



www.victoriademiguel.es



Escuela
de Crecimiento



Gracias