



LA PAUSA

ISLAS MALDIVAS

21-28/9 2026

LA PAUSA

Ven a disfrutar de La Pausa a Islas Maldivas. Vida a bordo de un barco, practicar yoga, snorkel, visitar distintas islas, nadar con mantas, tortugas y tiburones, entre miles de cosas más.

CUÁNDO: 21 al 28 de septiembre 2026

DÓNDE: en un yate en Islas Maldivas



LA EXPERIENCIA



- Práctica de yoga diaria al amanecer y atardecer
- Sesiones grupales de autoconocimiento
- Snorkel con mantas, tortugas, tiburones, etc
- Excursión a isla local
- Visita a sandbanks
- Noche de bbq en isla desierta
- Navegación entre atolones
- Comida saludable
- Welcome pack para una experiencia consciente con el medio ambiente





Practicaremos yoga al amanecer y al atardecer, tanto en la playa como en la cubierta del barco.

Las sesiones de la mañana serán de yoga vinyasa, con un componente más activo y dinámico.

Y al atardecer más suaves, con distintas temáticas y un enfoque más concreto.



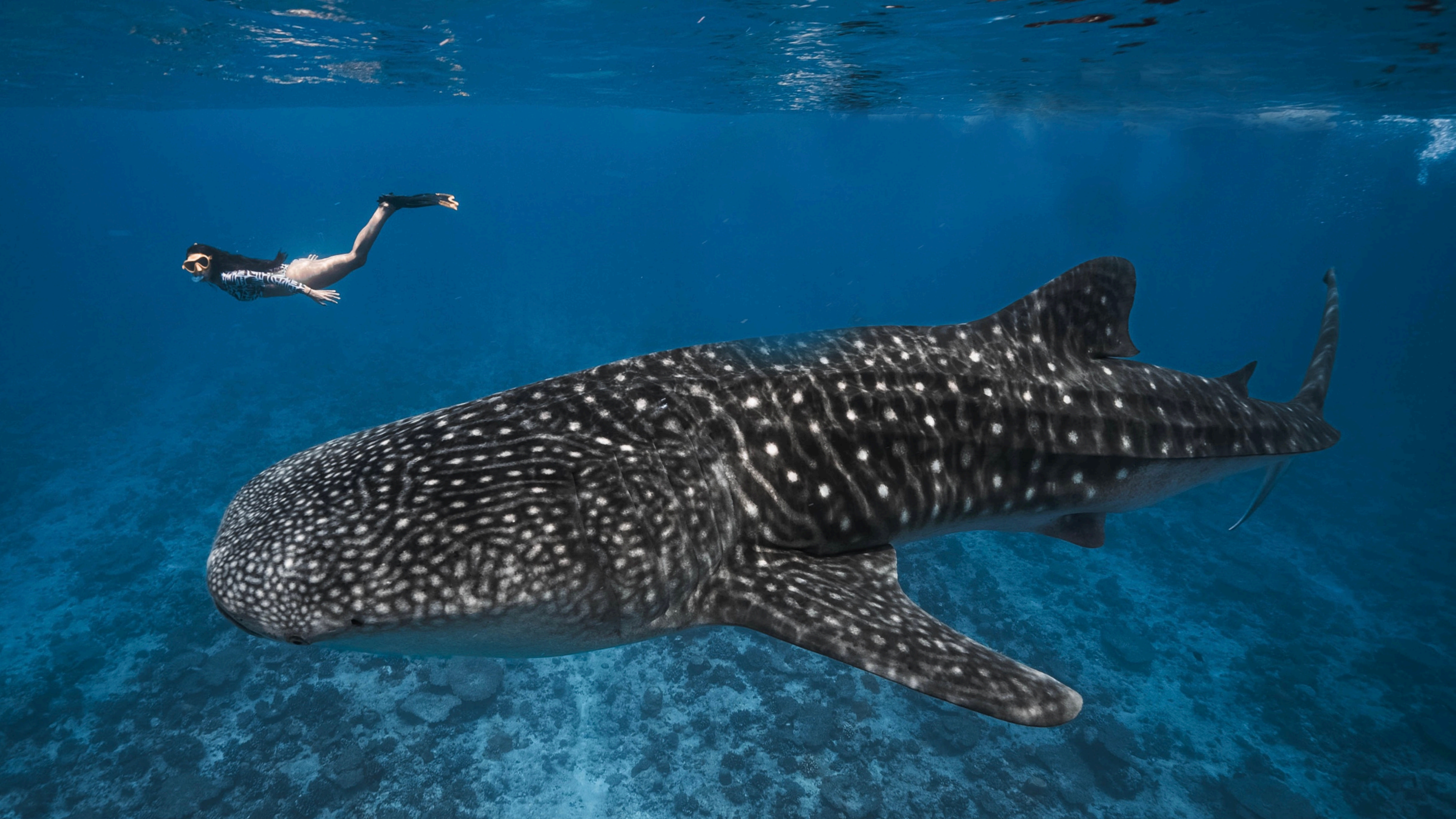
Las sesiones de autoconocimiento están enfocadas desde el coaching, la terapia gestalt y la psicología.

Es un espacio de autodescubrimiento mediante ejercicios y meditaciones. Elegimos distintas temáticas y abordamos el tema con ejercicios preparados para ello.

Las sesiones están enfocadas desde una perspectiva de reflexión y con el objetivo de potenciar a las personas.

No es imprescindible compartir, pero son muy bonitas y fructíferas.







Haremos snorkel cada día en distintos lugares, conociendo arrecifes con pececitos de mil colores, tortugas marinas, mantas, tiburones y con suerte, el tiburón ballena.



EJEMPLO DE UN DÍA

7:00 - FLOW YOGA

8:30 - DESAYUNO

10:30 - SESIÓN DE AUTOCONOCIMIENTO

12:00 - SNORKEL

14:00 - COMIDA

15:00 - TIEMPO LIBRE/VISITA A UNA ISLA

17:30 - SLOW YOGA

20:00 - CENA



PRINCESS RANI
nuestra casa durante la experiencia



Contamos con una flota formada por tres barcos:

El barco principal de 34 metros con 11 camarotes dobles con baño en cada uno, tres pisos, cinco zonas comunes, aire acondicionado, servicio de limpieza diario, además de toda la tripulación, chef, ayudantes y camarero.

Un segundo barco de 15 metros para las excursiones de snorkel.

Y un dingui para acercarnos a las playas y bancos de arena.





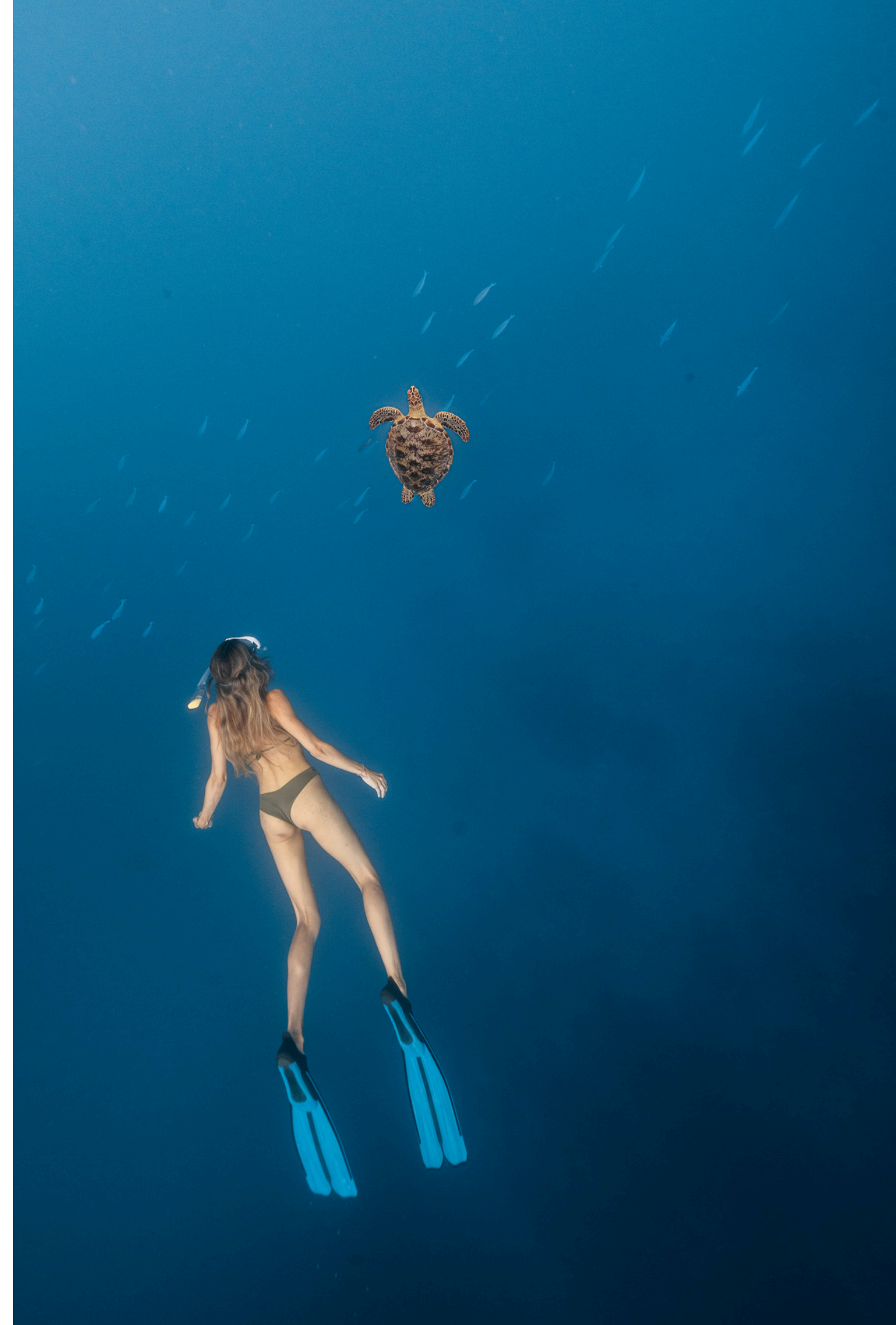
Habitación doble estándar con baño privado



Habitación doble suite con baño privado,
reformada con ventanas grandes

INCLUYE

- Alojamiento en la habitación que elijas con baño privado
- Desayuno, comida, cena y bebidas (agua, café y té)
- Todas las actividades: yoga, snorkel, baños con distintos animales, visitas en islas, cena en la playa, etc.
- Un guía local nos acompañará en el barco
- Fotógrafo y videógrafo en tierra, agua y con dron
- Los traslados desde el aeropuerto al barco



VIAJAR EN GRUPO

Por si te preocupa compartir la experiencia con un grupo desconocido, te cuento, ¡es la mejor elección que has podido hacer! De cada retiro salen nuevas amistades, y la experiencia es súper rica gracias a la diversidad de personas que la formamos. No te imaginas el vínculo que crearemos en 8 días :)

Si te sigue preocupando un poco, ¡puedes leer los testimonios de otros retiros pasados!





TESTIMONIOS

"El estar viajando en un barco por todo Maldivas te aporta una experiencia completa que difícilmente obtendrías si solo te alojases en una isla. A parte, las actividades realizadas han estado muy bien organizadas dando tiempo a hacer de todo durante el día. Paula ha sido una anfitriona increíble y la gente que he conocido me la llevo en el corazón para siempre :)"

"Este viaje ha sido una de las mejores experiencias de mi vida! Me lleno el corazón en muchos aspectos, las actividades fueron increíbles, pero sobretodo la gente y la compañía, el vínculo y buen rollo que se creo estará por siempre en mi corazón. Conecte mucho con todo lo que vivimos y creo que nadie además de los que estuvimos allá jamás podrá entenderlo. Perdí el miedo al mar y descubrí un amor profundo por su inmensidad y su vida. En yoga encontré un reto que me encanto vivir, y en las personas nuevos amigos y conexiones que estarán por siempre en mi corazón!"

CONÓCENOS



Paula Sastre

Organizadora, coach y profesora de yoga.

Fan de la naturaleza, las personas y la aventura. Os acompañaré durante toda la experiencia :)

@pausaconcept



Blue Ocean Maldives

Empresa especializada en viajes a bordo en Maldivas.

@blueocean_maldives



EL PRECIO

Habitación doble estándar 2710\$ (2320 € aprox)

Habitación individual superior 2910\$ (2490 € aprox)

*Pago en dólares. El cambio se calcula en el momento del pago.

No incluye:

Vuelo internacional

Seguro de viaje

Propina (15\$ por noche)

