



## Información práctica

### Lugar

Todas las actividades, el alojamiento y las comidas serán en el **Hotel Balcón de Cómpeeta** es una ventana hacia lo mejor de la Axarquía malagueña. Rodeado de casas blancas, balcones floridos, calles estrechas y el color azul del Mediterráneo. Las habitaciones y bungalows están climatizadas. Los menús son vegetarianos con ingredientes frescos de la zona. Celebraremos las actividades en las amplias salas climatizadas. En tu tiempo libre podrás disfrutar de la piscina y jardines del hotel.

### Cómo llegar

Fácil acceso desde la estación de AVE o el aeropuerto de Málaga. Desde Málaga puedes venir a Cómpeeta en taxi compartido, bus o alquilando un coche. Posibilidad de compartir coche y trayecto con otros participantes. Contáctanos para más información.

### ¿Cómo puedo participar?

Puedes participar del congreso completo o bien jornadas o actividades sueltas. **Escanear el código QR en la portada e informate de los detalles.** Entradas 100% reembolsables hasta 30 días antes de la fecha de inicio. Descuentos especiales inscripción temprana.

### Clases de yoga

Durante el congreso podrás disfrutar de **clases de yoga accesibles a todos los niveles:** habrá una clase de nivel principiantes en una sala aparte. Las clases son en castellano.

### Precios

**Congreso completo:** 240€  
 Día completo: 65€/ Medio día: 45€  
**DESCUENTO INSCRIPCIÓN TEMPRANA:**  
**Hasta el 15 de junio puedes adquirir tu pase completo por 220€**  
**Alojamiento y comidas:** Individual desde 74€; doble desde 54€; triple 48€ . Si viajas sólo/a puedes compartir con otros/as participantes del mismo género. Indícanos tu elección de habitación al inscribirte al congreso.

## Centro de Yoga Sivananda Vedanta

Calle Eraso 4, 28028 Madrid, España  
 madrid@sivananda.net; www.sivananda.es  
 Tel. 91 361 5150; WhatsApp +34 654 389 970

Síguenos en redes:



Fundador: Swami Vishnudevanda  
 Desde 1957

CONGRESO DE YOGA, CIENCIA Y ARTE

# LA SALUD ES RIQUEZA

28 julio al 1 agosto, 2026

Cómpeeta (Málaga)

Charlas · Talleres · Práctica · Arte

### Ponentes destacados:



**SWAMI SIVASANANDA**

Yoga Acharya de los Centros internacionales Yoga Sivananda



**MIGUEL ANGEL PERTIERRA**

Experto en experiencias cercanas a la muerte



**PEPA CASTRO**

Directora de la revista digital YogaenRed



**MIRIAM LLANO**

Directora de la revista YogaSpirit



**GOPALA**

Profesor de yoga y poeta



**NAZARET CASTELLANOS**

Neurocientífica, presidenta de la Fundación Hygeia



**CARLOS FIEL**

Director de Escuela de yoga Sadhana y médico



**VÍCTOR MARTÍNEZ**

Director de Instituto de estudios de yoga



**VISHNU**

Profesor de yoga y patrón de Fundación Ananta



**MARÍA VERA**

Profesora de yoga, organizadora de congresos



**ESTER BLANCO**

Bailarina de Bharata Natyam



**ENRIQUE MOYA**

Profesor de yoga en Ginebra, Montreal y España



**JOAQUÍN GARCÍA WEIL**

Profesor de filosofía y psicología



**PEDRO GUERRA**

Solista de guitarra flamenca



**LUPE SANCHEZ**

Profesora de yoga en Barbate

Entradas y todos los detalles en el código QR debajo o llamando a 91 361 51 50

Organiza:



Colaboran:



HAZ TU RESERVA



# Programa detallado

## Martes 28 de julio

**12:00h–12:30h Acto inaugural:** Con la presencia de la Sra. Alcaldesa de Cómputa, Swami Sivadasananda, Gopala, así como ponentes del Congreso

**12:30h–13:30h Mesa redonda:** “El yoga en nuestros días: vigencia de los principios clásicos en un mundo en transición”, con Swami Sivadasananda, Pepa Castro, Miriam Llano, Víctor Martínez, Gopala y Vishnu

**14:00h Snack vegetariano y pausa**

**17:00h–18:00h Clase de asanas, pranayama, relajación:** “Estiramiento consciente en la postura”, con Swami Dayananda

**17:00h–18:00h Taller:** “El arte de la respiración”, con Gopala

**18:30h Cena vegetariana**

**20:00h–20:30h Meditación por la Paz,** con Swami Sivadasananda

**20:30h–21:30h Actuación artística:** Concierto de guitarra flamenca, con Pedro Guerra

## Miércoles 29 de julio

**06:30h–07:45h Meditación, canto de mantras, conferencia:** “La salud es riqueza, la Paz mental es felicidad”, con Swami Sivadasananda

**8:15h–10:00h Clase de yoga: asanas, pranayama, relajación.** “Efectos psicósomáticos de las asanas”, con Swami Sivadasananda

**10:15h Desayuno-almuerzo vegetariano**

**12:00h–13:30h Conferencia:** “Neurociencia y meditación”, con la Dra. Nazaret Castellanos. Emisión en directo en línea.

**14:00h Snack y pausa**

**17:00h–18:15h Clase de yoga: asanas, pranayama, relajación:** “Opciones de rotación de la columna vertebral: cuello, pecho, cadera”, con Swami Dayananda

**17:00h–18:15h Taller:** “La alegría del canto de mantras (kirtan)”, con Swami Santoshananda

**18:30h Cena vegetariana**

**20:00h Conferencia:** “Un enfoque integrador entre la tradición y la salud moderna”, con Carlos Fiel

## Jueves 30 de julio

**06:30h–07:45h Meditación, canto de mantras, conferencia:** “Tú eres el maestro de tu destino”, con Swami Sivadasananda

**8:15h–10:00h Clase de yoga: asanas, pranayama, relajación:** “Estimulando los órganos internos con las asanas”, con Vishnu

**10:15h Desayuno-almuerzo vegetariano**

**10:30h–11:30h Actividad gratuita** Taller de respiración y relajación, con Gopala y Vishnu. Lugar a determinar en Cómputa

**12:00h–13:30h Conferencia:** “Longevidad y armonía interior a través del yoga”, con Carlos Fiel

**14:00h Snack y pausa**

**17:00h–18:15h Clase de yoga: asanas, pranayama, relajación:** “Flexiones hacia delante: estirando desde los dedos de los pies hasta la nuca”, con Swami Dayananda

**17:00h–18:15h Taller:** “La cocina yóguica vegetariana”, con Swami Santoshananda y Swami Gokulananda

**18:30h Cena vegetariana**

**20:00h Conferencia:** “Yo no tengo miedo a la muerte.” con el Dr. Miguel Ángel Perterra

## Viernes 31 de julio

**06:30h–07:45h Meditación, canto de mantras, conferencia:** “Hatha yoga para una mente atenta”, con Swami Gokulananda

**8:15h–10:00h Clase de yoga: asanas, pranayama, relajación.** “Asanas para fortalecer la espalda”, con Vishnu

**10:15h Desayuno-almuerzo vegetariano**

**10:30h–11:30h Actividad gratuita:** Clase de yoga para todos los niveles, con Swami Santoshananda y Swami Gokulananda. Lugar a determinar en Cómputa

**12:00h–13:30h Taller:** “Bharata Natyam, la danza clásica”, con Ester Blanco

**14:00h Snack y pausa**

**17:00h–18:15h Clase de yoga: asanas, pranayama, relajación:** “Surya Namaskar, Saludo al sol en detalle”, con Swami Dayananda

**17:00h–18:15h Taller:** “Yoga en silla”, con Gopala

**18:30h Cena vegetariana**

**20:00h Actuación artística:** Danza clásica de la India, con Ester Blanco

## Sábado 1 de agosto

**06:30h–07:45h Meditación, canto de mantras, conferencia:** “Afirmaciones mentales para la paz interior”, con Swami Dayananda

**08:15h–10:00h Clase de yoga: asanas, pranayama, relajación:** “Cómo sostener las posturas en silencio”, con Swami Santoshananda

**10:15h Desayuno-almuerzo vegetariano**

**12:00h–13:30h Mesa redonda:** “Yoga aquí y ahora, un mundo de posibilidades”, con Lupe Sánchez, María Vera, Enrique Moya, Joaquín García Weil y Gopala

**Cierre del congreso**

