

# *Ashatya*

## *Programa de 2 Semanas*

### **GUÍA PARA HUÉSPEDES DEL PROGRAMA DE 2 SEMANAS**

1. Nuestros programas son continuos y pueden programarse para cualquier fecha.
2. Para aprovechar al máximo nuestros programas, los huéspedes no deben salir de las instalaciones de Ashatya durante su estancia. Por favor, realice todos los viajes o visitas turísticas deseadas antes de su llegada.
3. Asegúrese de traer una tarjeta bancaria que sea accesible en México o cheques de viajero (y un pasaporte).
4. Nuestro programa incluye 3 comidas al día, alojamiento y cuatro clases privadas.
5. Reserve su vuelo de modo que llegue no antes de las 5 AM y no después de las 2 PM a la Ciudad de México, o planifique pasar la noche en la Ciudad de México y viajar a Ashatya a la mañana siguiente. Ashatya solo recibe huéspedes antes de las 5 PM. Si llega a Ashatya entre las 5 AM y las 8 AM, nuestro guardia de seguridad lo acompañará a su bungalow.
6. Por favor, llegue el día acordado de su llegada o avísenos con anticipación (al menos con 1 día de antelación) por correo electrónico o WhatsApp en caso de cambios.
7. Traiga ropa cómoda para practicar yoga y una esterilla de yoga. Además, empaque zapatos cómodos para caminar, zapatillas para interiores, un traje de baño, un suéter abrigado, un sombrero para el sol, pantalones largos ligeros y un impermeable con botas y paraguas (si visita entre junio y octubre). El clima suele ser templado, pero puede hacer mucho frío por las noches y calor durante el día, así que traiga ropa variada.
8. Otros artículos útiles: protector solar, repelente de insectos, crema hidratante o aceites naturales (Tepoztlán es seco entre octubre y junio), un cepillo para lavar ropa (todos lavan su propia ropa a mano), reloj, despertador de viaje, linterna y cuadernos.
9. Recomendamos que los huéspedes lean *Cosmic Reawakening* de Thyera Arian antes de visitar, para comprender mejor las enseñanzas de Ashatya.

10. Recomendamos encarecidamente que todos los huéspedes eliminen el consumo de carne, azúcar, alcohol, cigarrillos y drogas al menos tres meses antes de su visita. Esta preparación reducirá la posibilidad de experimentar una desintoxicación severa durante su estancia. Prohibimos estrictamente los cambios radicales en la dieta, el ayuno o el ayuno con jugos durante la estancia en Ashatya. Creemos en la transición y la moderación como base de la salud.
11. El consumo de alcohol, drogas, cigarrillos y/o estar en estado de intoxicación está prohibido durante la estancia en Ashatya.

### **Contrato del Programa de 2 Semanas**

He leído la Guía para Huéspedes en su totalidad, la comprendo completamente y acepto cumplirla.

Me comprometo a:

- Seguir el programa diario diseñado con Ashatya y abstenerme de viajar o salir de las instalaciones durante toda mi estancia.
- Evitar cambios radicales en la dieta, realizando una transición antes de mi estancia en Ashatya (reduciendo o eliminando el consumo de carne, azúcar y alimentos procesados al mínimo).
- Abstenerme de ayunar (o realizar ayunos con jugos) durante mi estancia.
- Abstenerme de fumar, beber alcohol o consumir drogas, así como de estar en estado de intoxicación.
- Llegar a Ashatya después de las 5 AM y antes de las 5 PM el día de mi llegada (y llegar a la Ciudad de México antes de las 2 PM).
- Llegar el día acordado o avisar a Ashatya con anticipación vía correo electrónico (al menos el día anterior).

---

NOMBRE

---

FIRMA Y FECHA