



Oasis Holístico

# Calendario de retiros

16 al 18 de Junio

RETIRO INTENSIVO  
DE DEFENSA PERSONAL

23 al 25 Junio

Retiro de  
**Svatantrya**  
*"La libertad del Ser"*

29 de Junio al 2 de Julio

Círculo de  
mujeres ✨

[www.raicesdelcielo.com](http://www.raicesdelcielo.com)

Más información +52 998 493 8557



Oasis Holístico



Raíces del Cielo  
Oasis Holístico

# TALLER INTENSIVO DE DEFENSA PERSONAL

con Master Isaac Groisman (ISR) - Krav Maga



**16 a 18 de Junio**

**NUEVA  
FECHA**

*"La libertad, trascender el miedo y preservar lo más preciado, la vida"*

Más información +52 998 493 8557 | [www.raicesdelcielo.com](http://www.raicesdelcielo.com)

## ¿Quién es Isaac Groisman?

Oscar Isaac Groisman Chiprout, actualmente nacionalizado Mexicano, con **más de 30 años de experiencia** en entrenamiento militar, especializado en Krav Magá. Ex miembro del ejército Israelí ejerció distintos cargos donde adquirió su entrenamiento profesional con especialidad en antiterrorismo, rescate de rehenes, manejo de gran variedad de armamento, y desempeñándose también como paramédico militar.

En México se ha desempeñado como instructor de Krav Magá y practica labor social activa enseñando defensa personal a grupos de mujeres afectadas por la violencia de género.

## TALLER INTENSIVO DE DEFENSA PERSONAL

con Master Isaac Groisman (ISR) - Krav

## ¿Qué es el Krav Magá?

Krav Magá es un **sistema de supervivencia utilizado en situaciones de seguridad personal en el contexto de la defensa contra atacantes**, con o sin armas, se le considera también un moderno y refinado sistema de lucha callejera; el krav maga está diseñado para ser utilizado contra asaltos, ataques y agresiones sexuales.

El Krav Magá **permite un desarrollo integral de cuerpo y mente**. Técnicas veloces y fuertes para neutralizar al atacante utilizando factores como la lectura del lenguaje corporal del contrincante y la aplicación de la fuerza mediante el puño o a través de patadas.

## Que incluye:

### *Alojamiento Mindfulness Compartido*

- 3 días y 2 noches
- Amenidades

### *Alimentación estilo Raíces*

- 2 Snacks Energéticos
- 3 Comidas
- 2 Cenas

### *Taller Intensivo Práctico/Teórico de Krav Magá*

- Las dos leyes de defensa personal.
- Las herramientas disponibles para defensa personal
  - Golpes (Manos, brazos, cabeza)
  - Desarmes de cuchillo
  - Desarmes de arma corta
- Lucha contra ataques de bastón/Machete cuchillo

### *Ceremonia de Temazcal Certificado*

*"La libertad, trascender el miedo y preservar lo más preciado, la vida"*







Retiro en **Riviera Maya**



# Círculo de mujeres

K E N Y A M O R I

Hospedaje | Alimentos y bebidas | Transportación desde el aeropuerto

Jueves, **29 de Junio**  
al Domingo, **02 de Julio**



[www.raicesdelcielo.com](http://www.raicesdelcielo.com)

Más información  [@amorer2019](https://www.instagram.com/amorer2019)

*Lugar:*  
"Raíces del Cielo",  
Ruta de los cenotes.  
Puerto Morelos, Q. Roo.

# Qué incluye:

- ◆ *Hospedaje compartido (3 días y 2 noches).*
- ◆ *Alimentos y bebidas al estilo Raíces del Cielo.*
- ◆ *Transportación desde el aeropuerto de Cancún hasta Raíces.*
- ◆ *Meditación.*
- ◆ *Naam Yoga.*
- ◆ *Alimentación consciente.*
- ◆ *Rituales.*
- ◆ *Energía del año.*
- ◆ *Ceremonia de cacao.*
- ◆ *Temazcal.*
- ◆ *Sexualidad.*
- ◆ *Danzaterapia.*
- ◆ *Trabajo interno.*

*"Ven a trabajar tu poder femenino de creación.  
Es tu momento de renacer.  
Despierta la diosa que hay en tu interior."*





Retiro en Riviera Maya

# Svatantrya

*"La libertad del Ser"*

23 al 25 de Junio



• **Incluye:**

- 🌸 Yoga
- 🌸 Meditación
- 🌸 Sound Healing
- 🌸 Terapia de hielo
- 🌸 Fogata
- 🌸 Círculo de cacao y canto
- 🌸 Temazcal
- 🌸 Alimentación saludable

*"Todo sucede con el propósito de liberarnos..."*



**Lugar:** "Raíces del Cielo", Ruta de los Cenotes, Puerto Morelos, Quintana Roo.

Más información

**+52 998 493 8557 / +52 55 3897 7154**

[www.raicesdelcielo.com](http://www.raicesdelcielo.com)