



ecocentro

bio vegetariano con alma

desde 1993

Madrid | Cáceres | Sevilla

AGENDA

Agosto 2025

Año XXXII nº458

La Hospedería del Silencio

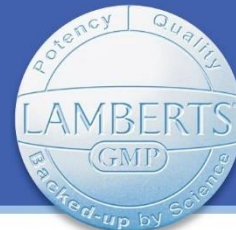
Irene Jové

Rebirthing Breathwork



LAMBERTS®

EL RANGO PROFESIONAL



Multi-Guard® SPORT

Energía. Rendimiento. Defensa.

Para quienes exigen más a su cuerpo

Descubre una fórmula avanzada con 29 nutrientes esenciales diseñada para apoyar la producción de energía, el funcionamiento óptimo de músculos y cartílagos, y el sistema inmunitario.



Dos tabletas aportan:

Vitamina A	800 µg RE
Vitamina D (D3)	15 µg
Vitamina E	36 mg α-TE
Vitamina K (K1)	75 µg
Vitamina C	200 mg
Tiamina (B1)	3,3 mg
Riboflavina (B2)	4,2 mg
Niacina (B3)	32 mg NE
Vitamina B6	4,2 mg
Ácido Fólico	400 µg
Vitamina B12	7,5 µg
Biotina	150 µg
Ácido Pantoténico (B5)	18 mg
Calcio	120 mg
Magnesio	376 mg
Hierro	7 mg
Zinc	15 mg
Cobre	1 mg
Manganeso	4 mg
Selenio	200 µg
Cromo	200 µg
Yodo	150 µg
Bitartrato de Colina	5 mg
Inositol	5 mg
Ácido Paraminobenzoico	7 mg
Rutina	30 mg
Bioflavonoides de Cítricos	30 mg
Extracto de semilla de Uva	10 mg
Quercetina	25 mg

Best Seller para el Deporte en UK

- Con vitaminas del complejo B, vitamina C y otros nutrientes clave para el metabolismo energético normal.
- Alto nivel de magnesio, esencial para el ciclo de energía, la función muscular y útil para reducir el cansancio y la fatiga.
- Vitaminas D3 y K1 en niveles ideales para el mantenimiento de los huesos, según estudios recientes.
- Con quercetina, bioflavonoides cítricos y potentes antioxidantes como vitaminas C y E, y el selenio, para reponer reservas tras el ejercicio.
- 200 µg de cromo (picolinato), que contribuye al mantenimiento normal de los niveles de glucosa en sangre.

Cada cual a su ritmo

Cada brote vegetal florece en su momento de forma única, cada pajarillo sale del cascarón y echa a volar sólo cuando está preparado para afrontar la inmensidad, cada roca se cristaliza o desmorona de acuerdo con su propio proceso, **cada estrella irradia su peculiar brillo justo el tiempo que le corresponde.**

Cada cual a su manera.

De modo semejante nuestra alma, en el gimnasio del mundo, va integrando a su ritmo las experiencias y aprendizajes que necesita asimilar y superar.

Sólo con mucha paciencia, **escucha y aceptación es posible atender los invisibles ritmos de cada ser**; atenderlos, respetarlos y honrarlos. Atendernos, respetarnos y honrarnos.

En esta época de imperiosas urgencias y uniformada inmediatez, sería reconciliador asumir que **no todos recorremos la misma etapa ni compartimos ruta.**

Sería bello asumirlo y celebrarlo, cuando y como podamos, con cariño y sin comparaciones.

Con afecto,

Equipo de Comunicación Ecocentro

ecocentro.es

SOMOS PURA FRUTA

SIN
AZÚCARES
REFINADOS



¡ES
VEGAN!

COMO LOS CLÁSICOS FLASH DE VERANO,
PERO SIN AZÚCAR BLANCO, ASPARTAMO,
COLORANTES, ESTABILIZANTES
NI CONSERVADORES...
SOLAMENTE AGUA Y FRUTA

Supermercados Ecológicos

Tienda Física

TU TIENDA
ECOLÓGICA



ABIERTOS TODO AGOSTO, PARA TI

NO CERRAMOS EN AGOSTO —
TE ESPERAMOS COMO SIEMPRE.

HORARIO ECOCENTRO



SUPERMERCADO ECOLÓGICO.
ALIMENTACIÓN SALUDABLE.
PRODUCTOS CONSCIENTES.
BIENESTAR NATURAL.

LUNES- DOMINGO

10.00 H – 21.00 H

CALLE ESQUILACHE, 2,
CP 28003



WWW.ECOCENTRO.ES



ecocentro
Bio-vegetariano con alma

Supermercados Ecológicos

BioBufé Autoservicio



♥ **AGOSTO SABE MEJOR EN EL BIOBUFÉ**
SEGUIMOS COCINANDO PARA TI

HORARIO VERANO RESTAURANTES

A PARTIR DEL LUNES 14 DE JULIO

📍 **RESTAURANTE GURMÉ**
CERRADO EN COMIDAS Y CENAS.

PUEDES SEGUIR DISFRUTANDO DE CARTA Y MENÚ EN
RESTAURANTE BIOBUFÉ

📍 **Restaurante Biobufé**

LUNES- DOMINGO

10.00 H - 22.00 H

(Antes hasta las 23:30 h)

CALLE ESQUILACHE, 4
CP 28003

WWW.ECOCENTRO.ES



ecocentro
Bio-vegetariano con alma

Supermercados Ecológicos

Tienda Digital

Tienda Física

PROMO VERANO

DESCUENTO

100%

PLENILUNIO

10% descuento en tu cuenta total.

EN TIENDA
FÍSICA Y DIGITAL



CONDICIONES:

■ **Tienda digital:** válido al momento de la compra.

- ▲ Con el código de promoción: **040825**.
- ▲ Sólo un único descuento por compra y día.
- ▲ En compras superiores a 80€.

🛒 **Tienda física:** válido al momento de la compra.

- ▲ Clientes con tarjeta descuento, si aún no la tienes, te la entregamos al instante.
- ▲ En compras superiores a 30€.

VÁLIDO:

DEL 04/08/2025 - 10/08/2025

⚡ No acumulable con otras promociones.



ecocentro
Bio-vegetariano con alma

Restaurantes BioVegetarianos

BioBufé Autoservicio

PROMO PLENILUNIO DESCUENTOS



CONDICIONES:

- ◆ Válido para **carta y bebidas** en las zonas **Restaurante Bio Bufé**.
- ◆ No incluye vitrina.
- ◆ Clientes con **tarjeta descuento**, si aún no la tienes, te la entregamos al instante.
- ◆ **HORARIOS:**
Restaurante Biobufé
● 10:00h - 22:00h
- ◆ Consumo mínimo **20€**.

10%

VÁLIDO:

DEL 04/08/2025 - 10/08/2025



ecocentro
Bio-vegetariano con alma

Retiro Autodiagnóstico y Sanación de Bloqueos Energéticos Con Sergio Quiroga Morla

Del viernes 1 domingo 3 de agosto de 2025



Horarios

Viernes 1, comienzo 15h.
Domingo 3, fin a las 16h.

**AFORO LIMITADO
a 33 Personas.**

APRENDERÁS A:

- Comprenderás la relación entre tu sistema energético y tus problemas cotidianos.
- Sabrás "activar" la antena que nos conecta con nuestro Ser Transcendente.
- Conocerás cuáles son los bloqueos frecuentes a nivel físico, mental, emocional y espiritual.
- Habrás practicado un método paso a paso para identificar tus bloqueos.
- Sabrás de qué modo es posible sanar cada tipo de bloqueo.
- Te sentirás con la libertad y el poder de quién puede saber el origen de sus problemas y su solución.
- Te llevarás un Kit de Autodiagnóstico con todos los materiales que necesitas para practicar en tu casa.
- Te llevarás el acceso a un grupo de Telegram para poder consultar dudas durante 6 meses.
- Habrás disfrutado de 3 días maravillosos en un entorno natural único.

APORTACIÓN

Por persona en régimen de pensión completa.

Comida vegetariana.

330e.-En habitación compartida doble o cuádruple.

+40e.-Habitación doble uso individual.

NOTAS GENERALES

Si te es posible, preferimos las comunicaciones escritas por correo electrónico o WhatsApp.

El alojamiento es en pensión completa con menú bio-vegetariano.

Política de cancelaciones:

Se devuelve la reserva si se cancela un 1 mes antes del comienzo del retiro.

Después de ese plazo, no se devuelve nada.

CONTACTO



650 484 928
Sofía Delgado



La Hospedería del Silencio
Paseo de las Cañadas S/N,
10493 Robledillo de la Vera,
Cáceres

RESERVAS EN:



www.hospederiadelsilencio.com



hpd@ecocentro.es



ecocentro
Bio vegetariano con alma

el tempeh

el imprescindible en tu nevera



Vegetalia



ecocentro

bio vegetariano con alma

ACTIVIDADES GRATUITAS

ACTIVIDADES GRATUITAS

AGOSTO-25

Miércoles, 20 de agosto de 2025

Sala Ágape

-18:00. T.655. Taller. **DESCUBRE TU VERDADERO SER**

Aprende a meditar con el método de Sahaja Yoga.

Podrás despertar tu energía Kundalini, ver tus falsas identificaciones y tener la experiencia de tu verdadero Ser, de tu propia esencia divina; darte cuenta de que no somos el cuerpo, ni la mente, ni el ego ni los condicionamientos, sino el Ser, que es consciencia y dicha.

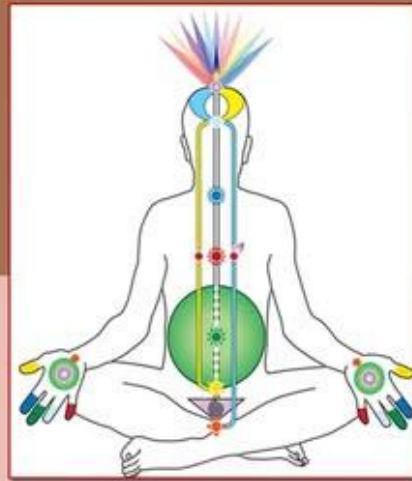
Info y Reservas: 691 017 600 jsuerop@yahoo.es

Miércoles 20
de agosto

18.00 - 19:00h



Shri Mataji Nirmala Devi



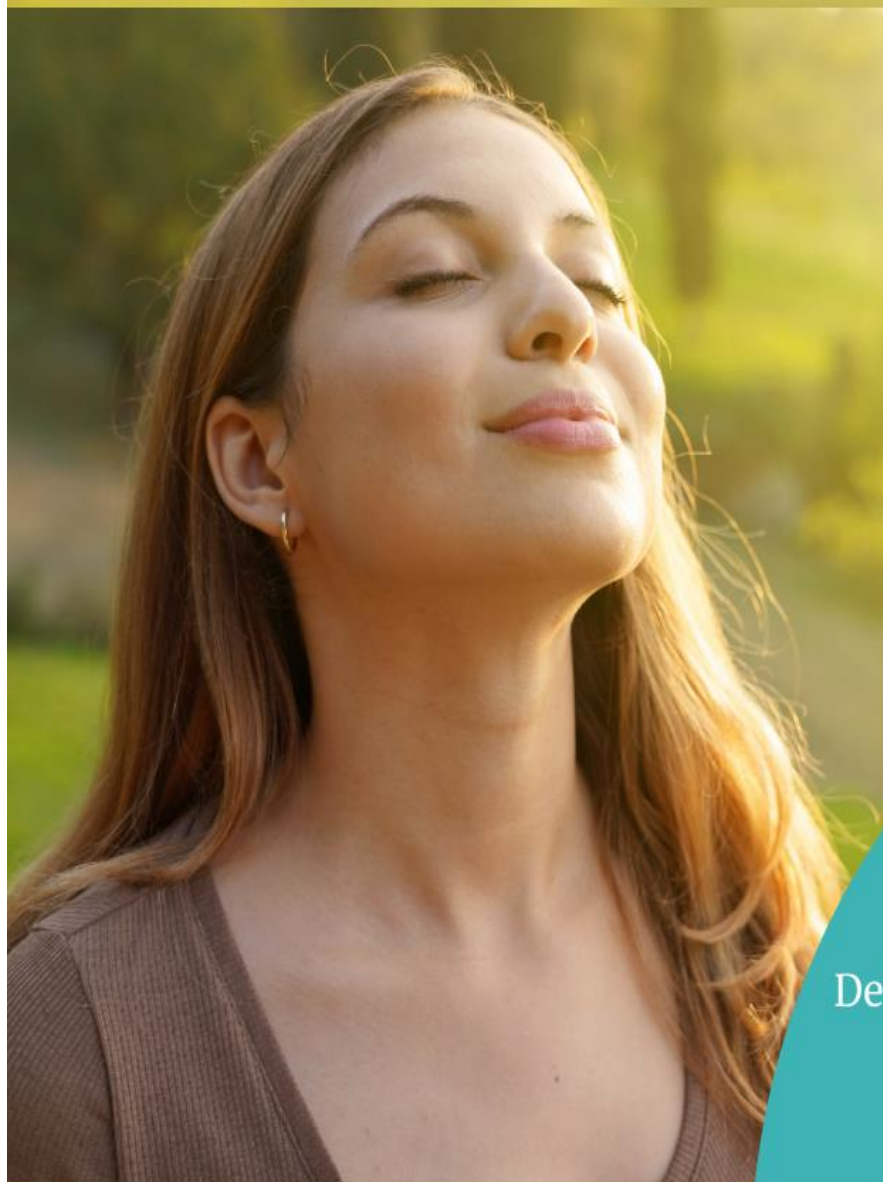
Talleres gratuitos
de Meditación
Sahaja Yoga

Ecocentro
c/ Esquilache, 2 Madrid



ESCUELA DE VERANO 2025

REBIRTHING/ RESPIRACIÓN CONSCIENTE



Del 25 de agosto al 11 de septiembre
Sierra de Gredos, Cáceres



Dirige e imparte
IRENE JOVÉ BAUMANN

www.escueladeverano.rebirthingjove.com

Ecosofía

La Hospedería del Silencio



Casa de Sanación

A mi Vera



"SANARSE ES RECORDAR QUIÉN ERES."

Todos necesitamos ser acompañados y acogidos en algunas etapas de nuestra vida, en las que parece que no hay salida.

Ofrecemos:

Un espacio para el cuidado.

Un hogar para la regeneración física y emocional.

Un lugar de expansión espiritual.

APORTACIÓN POR PERSONA Y DÍA

Estancia mínima de 3 días.

Habitación individual en días laborables.

45e.- Sólo alojamiento.

65e.- Pensión completa.

Coordinadora: Montse Ruano

✉ montseruano2020@gmail.com

☎ 609 103 799

🌐 www.hospederiadelsilencio.com

ROBLEDILLO DE LA VERA
SIERRA DE GREDOS, CACERES



ecocentro
Bio vegetariano con alma

EMILIO CARRILLO Y ENRIQUE DE VICENTE

COLEGIO CALASANCIO, MADRID

TALLER ————— **SÁBADO 22 DE NOVIEMBRE DE 2025: 10-21H**

ORDO AB CHAO: EL MOMENTO EXCEPCIONAL QUE VIVIMOS

El desorden del nuevo orden y el Orden evolutivo a partir del caos

Sesión de mañana 10:00h-14:30h

EL FUTURO INMEDIATO DEL CAOS

Emilio Carrillo y Enrique de Vicente.

·10:00h: Presentación.

Enrique de Vicente.

·10:15h: Las cartas de los próximos años ya están sobre la mesa: Los arquetipos proféticos encarnados que lo anuncian.

11:30: Descanso.

Emilio Carrillo.

·11:45h: Y en pleno caos, ¿cómo acontecerá la Re-evolución?

·13:00h: Descanso.

Emilio Carrillo y Enrique de Vicente.

·13:15h: Mesa Redonda: respuestas a preguntas.

DESCANSO DE 14:30h a 17:00h

Sesión de tarde 17:00h-21:15h

EL SALTO EVOLUTIVO

Enrique de Vicente.

·17:00h: Transhumanismo globalizante o re-evolución psíquica: De las propuestas tecno-mutantes al salto evolutivo hacia una vida divina en la Tierra.

·18:15h: Descanso.

Emilio Carrillo.

·18:30h: El Orden evolutivo: ¿Cómo será la Nueva Humanidad en una Tierra Restaurada y cómo empezar a vivirla?

·19:45h: Descanso.

Enrique de Vicente y Emilio Carrillo.

·20:00h: Mesa Redonda: respuestas a preguntas.

·21:15h: Cierre.

Descuento especial hasta el 22/09/25:

Entrada presencial en:

ecocentro.es/tienda

· 20€ mañana.

· 20€ tarde.

· 30€ todo el día.

en línea en: **ecosofiadigital.ecocentro.es**

· 20€ en línea todo el día y diferido.

.....

Desde el **23/09/25:**

Entrada presencial en:

ecocentro.es/tienda

· 25€ mañana.

· 25€ tarde.

· 40€ todo el día.

en línea en: **ecosofiadigital.ecocentro.es**

· 30€ en línea todo el día y diferido.



915 535 502
690 334 737



www.ecocentro.es



ecosofia@ecocentro.es



Colegio Calasancio
C/Conde Peñalver, 51
28006 Madrid.28003



ecocentro
Bio-vegetariano con alma

MARRUECOS

MARRAKECH

KASBA

AGSZ

MERZOUGA

27 DE SEPTIEMBRE AL 4
DE OCTUBRE
RETIRO DE MUJERES



ecocentro 30 años con alma
Bio-vegetariano con alma



INDIA

DELHI
JAIPUR

UDAIPUR
JODHPUR

AGRA
AMRITSAR

14 AL 28 DE OCTUBRE
FIESTA DE DIWALI



ecocentro 30
Bio-vegetariano con alma

años
con alma



CLASES DE YOGA

con Jay

LUGAR:

Ecocentro, sala
Ecosofía

HORARIOS:

- Lunes - 20:15h
- Martes - 11:00h
- Jueves - 11:00h
- Jueves - 20:15h

TARIFAS:

- 1 clase por semana - 30€/mes
- 2 clases por semana - 50€/mes
- Clases sueltas - 15€ cada una
- Primera clase de prueba - 7€ (sólo 1 vez)

+ [información:ecocentro.es/yoga-con-jay-ampliamos-horario/](http://información.ecocentro.es/yoga-con-jay-ampliamos-horario/)



915 535 502

690 334 737



www.ecocentro.es

eco@ecocentro.es



ecocentro:

C/ Esquilache 2-12,
28003 Madrid



ecocentro
Bio vegetariano con alma

AGRICULTURA ECOLÓGICA
GUMENDI

alimentación ecológica desde 1992

www.gumendi.es



#BIOZUMERS 

nuestros zumos 100% naturales



Blog **ecocentro** *bio vegetariano con alma*

BioCultura Madrid y ECOCENTRO



«Deberías aprender a entender tu dieta como una cuenta bancaria. Las buenas decisiones sobre tu alimentación son como las buenas inversiones...» — Bethenny Frankel

¡Seguir leyendo!

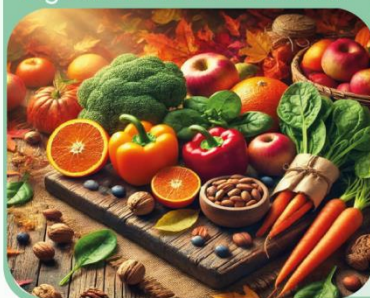
¿Qué es La Nueva Terapia LNT® y cuáles son sus beneficios?



La Nueva Terapia LNT® es una terapia energética que está ganando cada vez más popularidad por su enfoque único y altamente efectivo. En un mundo donde el estrés y las preocupaciones diarias afectan tanto al cuerpo como a la mente.....

¡Seguir leyendo!

Cómo llevar una alimentación vegetariana rica en antioxidan-



¿Sabías que el otoño puede debilitar tus defensas justo cuando más necesitas protegerte de resfriados, gripe y otras enfermedades? A medida que las hojas caen y el frío se instala, es esencial que mantengas fuerte tu sistema inmunológico para proteger tu salud y encontrarte con energía en tu día a día.....

¡Seguir leyendo!

Cómo aprender a meditar para reducir el estrés



¿Has sufrido estrés o ansiedad recientemente? ¿Notas que vives acelerado, te sientes abrumado por tus pensamientos y no consigues desconectar del ruido mental? La buena noticia es que existe una práctica milenaria, poderosa y muy sencilla de aprender que puede transformar tu vida: meditar....

¡Seguir leyendo!



Blog ecocentro: <https://www.ecocentro.es/tienda/blog/>

Mmmmm
que rico



ecocentro
bio vegetariano con alma

Etiqueta a **@ecocentromadrid**
en tus redes sociales y consigue un fantástico
20% Dto. en nuestra carta
con un simple click



Condiciones:

De lunes a jueves de 17:00hs a 23:00hs

Etiquetándonos en tus redes sociales.

Para obtener el descuento muéstrale la publicación a nuestros camareros.

Masajes

Ayurveda con Jay

ABHYANGA

PRECIO: 55€

CON TARJETA DESCUENTO:
49,50€

⌚ 60' Min.

Masaje corporal completo con aceites calientes que relajan, nutren y desintoxican, brindando una experiencia de bienestar profundo y equilibrio entre cuerpo y mente.

-10% de descuento exclusivo con tu tarjeta.

* Si no la tienes, la hacemos al momento. Solicitala en caja.

Precios y descuentos válidos a partir del **30/06/2025**.

📞 915 535 502
690 334 737

📍 Ecocentro:
C/ Esquilache 2-12
28003 Madrid

✉️ www.ecocentro.es
eco@ecocentro.es



PADAABHYANGA

PRECIO: 35€

CON TARJETA DESCUENTO:
31,50€

⌚ 30' Min.

Masaje profundo en pies y piernas que activa la energía, mejora la circulación y alivia el cansancio, llevándote a un descanso reparador.

SHIRO ABHYANGA

PRECIO: 35€

CON TARJETA DESCUENTO:
31,50€

⌚ 30' Min.

Masaje hindú en cabeza, cuello y hombros que disuelve el estrés, despeja la mente y te llena de claridad. Perfecto para resetear cuerpo y alma en minutos.



ecocentro
Bio-vegetariano con alma

CRISÁLIDA CONVIVENCIA CONSCIENCIAL

Cabañas en propiedad en La Hospedería del Silencio.

Un nuevo estilo
de vida en un nuevo mundo,
unido y en paz, te están esperando



Ecocentro impulsa este proyecto de Convivencia Consciencial. Ubicada en "La Comarca de La Vera", a los pies del Parque Regional Sierra de Gredos. En el norte de Cáceres a sólo 2 horas de Madrid.

Este proyecto es una ampliación de la Hospedería y no interfiere en los grupos residenciales actuales.

Contacto: María Muñoz

mm@ecocentro.es

+34 606 36 82 07

**FASE I:
COMPLETADA**



La Hospedería
del Silencio

De vuelta a Ecocentro

ANDREA PASCALE

Terapeuta transpersonal con más de 20 años de experiencia con terapias integrativas, mindfulness, life & business coaching.



Reiki, ThetaHealing, Activación de ADN, Coaching Sistémico, Reequilíbrio Energético, Biometría Ancestral

Consultas y Cursos en Madrid

Sesiones en formato online y/o presencial donde nos conoceremos para explicar mi metodología para llevar a cabo el proceso.



INFORMACIÓN Y CITA PREVIA:

+34 616 50 71 06





¡PRUEBA NUESTRAS DELICIOSAS CHIPS DE LEGUMBRES!



Ecosofía

Casa de Sanación A mi Vera

TERAPIA CRANEO SACRAL Y LIBERACIÓN SOMATO EMOCIONAL

Consulta privada con Montse Ruano



**Un toque suave y
consciente en diferentes
partes del cuerpo**



**Restaura tu equilibrio y recupera tu vitalidad
Libera las memorias emocionales inscritas en tus tejidos**

Fechas

10 de Septiembre

8 de Octubre

12 de Noviembre

10 de Diciembre

En Ecocentro

C/Esquilache 2-12, 28003, Madrid

Entre las 10.00 y las 17.00

Info y reservas: 609 103 799

montseruano2020@gmail.com

hospederiadelsilencio.com



ecocentro

Bio vegetariano con alma

*"Sanarse es
recordar quién eres."*

SoriaNatural[®]
EFICACIA Y CALIDAD

**ESENCIALES
PARA TU SALUD.**



VITAMINAS Y MINERALES

en comprimidos de liberación sostenida



LIBERACIÓN
SOSTENIDA



VEGAN/
VEGETARIAN



SIN GLUTEN



MÁS DE 20
REFERENCIAS

www.sorianatural.es



Ecosofía

La Hospedería del Silencio

VACACIONES CON SOSIEGO Y BELLEZA



*Comarca de la Vera
Sierra de Gredos*

A 2h de Madrid

Cabañas confortables y equipadas
Vistas únicas, gargantas y entorno espectacular



TARIFA JULIO Y AGOSTO

Cabaña para 2p, desde 84e/n

Cabaña para 4p, suplemento 40e/n

Estancia mínima: 2n

Opción desayuno: 6e/d por persona



650 484 928



hospederiadelsilencio.com



hpd@ecocentro.es



La Hospedería del Silencio

Paseo de las Cañadas S/N,
10493 Robledillo de la Vera,
Cáceres



ecocentro
Bio vegetariano con alma



*ligeras y
crujientes*



Nuevas

TORTITAS 100% TRIGO SARRACENO CLÁSICAS



- ✓ Alta digestibilidad
- ✓ Fuente de fibra
- ✓ Sin gluten
- ✓ Grano 100% de trigo sarraceno integral

biocop.es



Tarjeta de Cliente
gratuita Ecocentro
Descuentos exclusivos

Docentes

Escuela de Vida *Consciente*



Emilio Carrillo y Lola Rumi



Lobsang Zopa



Gabriela Heredia



Josep Soler



Cristina Durán



Gemma Tarodo



Teresa Moroño



Cristina Serrato



Violeta Arribas



Daniela Schifferstein

Escuela de Vida Consciente

En Ecocentro, siempre hemos creído en el poder transformador de vivir de manera consciente, en armonía con nosotros mismos, con los demás y con el entorno que nos rodea. Es una corriente de pensamiento que promueve la búsqueda de una sabiduría para habitar el planeta de una forma armoniosa. En Ecocentro, llamamos Ecosofía a todo el conjunto de actividades de desarrollo humano que ofrecemos.

Una visión hecha realidad

Nuestro enfoque en la Escuela de Vida Consciente es holístico, abarcando todos los aspectos del ser humano: físico, mental, emocional y espiritual. A través de una amplia gama de cursos, talleres y retiros de fin de semana, ofrecemos a nuestros estudiantes la oportunidad de explorar diversas prácticas y disciplinas que fomentan el bienestar integral y la autoexploración.

Todo ello, a través de nuestra sección de:

ECOSOFÍA DIGITAL

www.ecosofiadigital.ecocentro.es

LA HOSPEDERIA DEL SILENCIO

<https://hospederiadelsilencio.com/>



ecocentro
bio vegetariano con alma

ESCUELA DE CRECIMIENTO PERSONAL

CONSULTAS

CO.124. Consulta Tarot

Por Mariam Mínguez Martín.

Info y Reservas: 690 742 609

CO.145. Jornada de Lecturas de Registros Akáshicos

Por M^a José Trillo. Psicoterapeuta y Maestra de Registros Akáshicos certificada por Akashic Record Consultants International.

Info y Reservas: 696 078 626

mjtrillo@cop.es / www.mariajosetrillo.com

CO.157.-Masaje y Sanación Reconectiva.

Acreditada por el Dr. Eric Pearl.

Info y Reservas: Esther Tellado. Tf. 677.707.600

CO.256.-Consulta Naturopatía. Manuel Frutos y Virginia Linares.

Info y Reservas: 915 Ágape5 502- 690 334 737 para reservas y eco@ecocentro.es

CO.221. Acupuntura, Homeopatía y Terapias Energéticas

Doctor Jesús Valverde, Licenciado en Medicina y Cirugía. 20% de descuento en todas las terapias para Clientes con Tarjeta EcoCentro.

Info y reservas: 620-960-086 / 915-431-700 / jesusvalverdemedico@gmail.com

CO.298. Consulta. Sesión de acompañamiento, Isabel Ginés.

Info y Reservas: 654 843 227 isabelgines22@gmail.com

CO.300. Consulta. Consulta de Hipnosis con Eduardo Manchón

Info y Reservas: 665 877 626 / edmanchon@gmail.com / www.hdehipnosis.es

CO.3Orión. Consulta. Medicina por la verdad con Natalia Prego

Info y Reservas: 692 948 272 / natalia.prego@hotmail.com

CO.303. Consulta. Bio Medicina ortomolecular con José Colastra

Info y Reservas: 620 045 458 / josecolastra@hotmail.com / www.josecolastra.com

CO.324. Consulta medicina ayurveda by Bharat negi.

Info y Reservas: 600 720 357/ info.ayursathari@gmail.com

CO.327. . Consultas Privadas. Medicina Familiar Comunitaria. Ozonoterapia con Ángel R. Valdepeñas.

Info y Reservas: 677 572 759/ angelrvh@gmail.com

ESCUELA DE CRECIMIENTO PERSONAL

C.125. Pilates. Kanoko Tamura.

Pilates es una técnica de acondicionamiento físico que busca una relación inteligente con nuestro propio cuerpo..

Miércoles y Viernes 10:30-11:30- Sala Ecosofía.

Más información: 653 902 253

hellopilates@live.com

www.hellopilates.net

C.164. Clases de Idioma Farsi. Centro Persépolis.

Lunes 18:00/ Martes 15:30- Sala Orión.

Más información: 610 300 881.

persepolis@centropersepolis.com

C.192. Clases. Clase de HATHA YOGA Yoga Jay

Lunes, 20:15- Sala Ecosofía Martes y Jueves 11:00 - Sala Ecosofía

Info y Reservas: 915 535 502/ eco@ecocentro.es

<https://ecocentro.es/producto/clases-de-yoga-con-jay>

C.157. Clases. Aula de música con corazón, con Marisa Pérez. MCC.

Info y Reservas: 644 415 452

info@musicaconcorazon.com

www.musicaconcorazon.com.

ALQUILER DE SALAS

para tus actividades

Salas renovadas

Cómodas y luminosas



CON
EQUIPAMIENTO
COMPLETO

Amplia difusión

en nuestros medios



c/Esquilache 2-12,
28003 Madrid
915 535 502 | 690 334 737
www.ecocentro.es

Ana Coque · Carla de Vicente · Celia Guerrero ·
Leonor Berlanga · Liana de Plasencia

AMPLIADA

HASTA EL 13 DE SEPTIEMBRE

EXPOSICION COLECTIVA

ESTRATOS DEL TIEMPO

Ecocentro restaurante biovegetariano

Del 12 de Enero al 5 de abril de 2025
De lunes a domingo de 10:00 a 23:00 horas

Calle Esquilache 2, 28003 Madrid
Metro Canal, Ríos Rosas



Entrada gratuita

Supermercado ecológico

Con alma

Cósmetica natural certificada
Alimentación Bio-Vegetariana

Fruta y verdura ecológica

Herbolario

Bazar, comercio justo

ecocentro
desde 1993 30 años con alma

Solicita tu tarjeta de cliente

*Disfruta de las
ventajas exclusivas*



Cuadernos

de La Academia

Nº 12

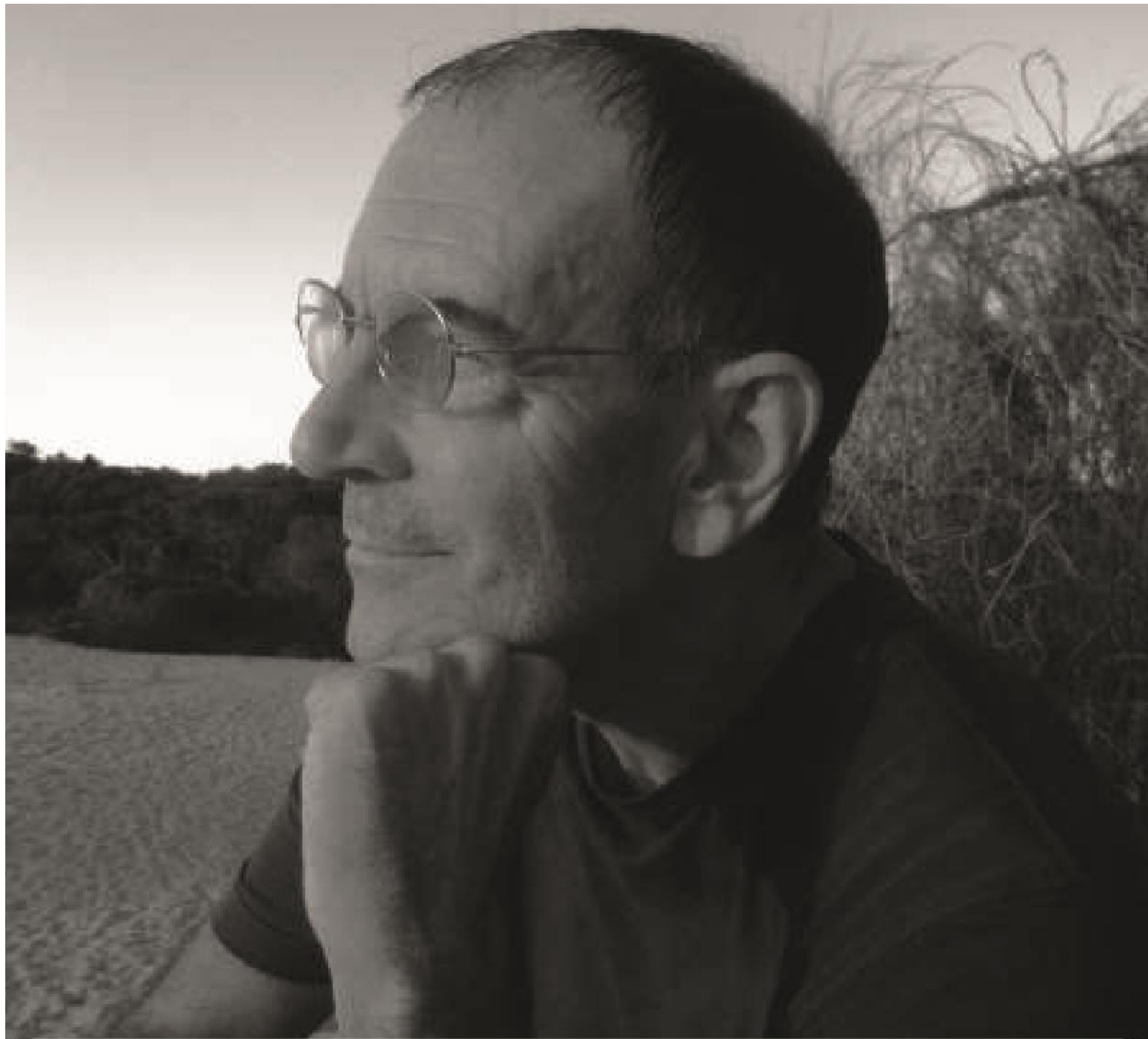
EMILIO CARRILLO & LOLA RUMI

LAS MANIFESTACIONES DEL TIEMPO

MENTAL, VITAL, MATERIAL,
ESPIRITUAL Y ACUMULATIVO



ecosofía
— EDITORIAL —



La Academia de la Consciencia (LAC). *Proyecto conjunto de Emilio Carrillo y ecocentro.*

- Seminarios residenciales en la Hospedería del Silencio.
 - Talleres en Ecocentro Madrid y online.
 - Conferencias gratuitas.

Nuevo canal de Youtube: "Emilio Carrillo: La Academia de la Consciencia".

Consulta todas las fechas en:
www.laacademiadelaconsciencia.es

*Un lugar
único*

La Hospedería del Silencio

Robledillo de la Vera
Sierra de Gredos, Cáceres



**A 2hs de Madrid
y 3.5h de Sevilla**

**Cabañas
confortables**

**Vistas
espectaculares**

**Amplia difusión de tus
seminarios con nuestros
propios medios y sin coste**



ecocentro
bio vegetariano con alma
desde 1993 **30**

La Hospedería del Silencio se creó a partir de la necesidad de muchas personas de encontrar un lugar en el que poder pasar un retiro en la naturaleza, teniendo en cuenta el respeto hacia los demás y hacia el entorno.

Hotel rural ubicado en una loma solitaria de la Sierra de Gredos (norte de Cáceres) a dos horas de Madrid, en una zona privilegiada, con naturaleza virgen, frondosos bosques, gargantas de abundantes aguas cristalinas y un micro-clima especialmente benigno.

La finca hotel rural se creó a partir de la necesidad de muchas personas de encontrar un lugar en el que poder pasar un retiro en la naturaleza, teniendo en cuenta el respeto hacia los demás y hacia el entorno.

La finca cuenta con capacidad para albergar hasta 80 personas en cabañas rústicas de una o dos habitaciones (individuales o dobles) con baño, cocina, salón-comedor, terraza y jardín. También dispone de comedor bio-vegetariano, sala de actividades y piscina.

Enmarcada en un enclave privilegiado, La finca hotel rural ofrece a familias o grupos de amigos alojamientos independientes, para que puedas descansar y disfrutar de la naturaleza con un montón de actividades disponibles al aire libre.

Nuestro hotel rural te ofrece excelentes vistas, dispone de jardín y aparcamiento individual, formando un conjunto rural incomparable.

Está diseñada con un exterior tradicional y un interior amplio y agradable, fabricado con materiales rústicos y dotada de todas las comodidades posibles.

¡Disfruta de una estancia relajada en un marco incomparable y alejado del estrés de la ciudad!

INFORMACIÓN DE RETIROS. [PINCHA AQUÍ](#)



La Hospedería del Silencio



Retiro Vipasana

CON EL MAESTRO LOBSANG ZOPA

Ha sido monje español durante 17 años,
ordenado por S.S. el XIV Dalai Lama en Dharamsala, India.

FECHAS

*Del lunes 4 de agosto a las 17:00h
al sábado 9 de agosto a las 16:00h*

Reserva tu plaza con el pago de 100e aquí: www.hospederiadelsilencio.com
No se garantiza la plaza en habitación individual.

Apoyándonos en una mente extremadamente estable y en la capacidad analítica de nuestra propia mente, podemos aprender mucho sobre la realidad. Podremos apaciguar todas las faltas y perturbaciones mentales y, de esta forma, transformar la visión errónea que tenemos de nosotros, de los demás y del mundo que nos rodea, y así encontrarle un propósito a nuestra vida para poder vivirla con verdadero sentido.

APORTACIÓN POR PERSONA

Por persona en régimen de pensión completa con menú bio-vegetariano.

- 705e.-En habitación compartida.
- 805e.-En habitación individual.
- +60e.-Suplemento por cada día adicional de estancia

NOTAS

- Si te es posible, preferimos las comunicaciones escritas por correo electrónico o wasap.
- **Política de cancelaciones.** Sólo se devuelve la reserva si se cancela con más de 1 mes de antelación con menos de un mes queda perdida. No se garantiza la plaza en habitación individual
- Las devoluciones se harán finalizado el seminario.



CONTACTO

650 484 928
Sofía Delgado



La Hospedería del Silencio

Paseo de las Cañadas S/N,
10493 Robledillo de la Vera,
Cáceres

RESERVAS EN:



www.hospederiadelsilencio.com
hpd@ecocentro.es



ecocentro

La Hospedería del Silencio

La Hospedería del Silencio

Josep Soler

¿Estancad@ y con falta de dirección?

Consigue **claridad**

en tu vida y el para qué estás aquí

CAMPUS DE VERANO – CÁCERES 2025



Del miércoles 13 al domingo 17 de agosto de 2025

"Mi intención es que empieces a 'ver' lo no visible para comprender cómo creamos nuestra realidad y cómo participamos en la creación de nuestro cuerpo."

APORTACIÓN

Por persona en régimen de pensión completa.

Comida vegetariana.

780e.-En habitación compartida doble.

Consulta reserva de habitación doble uso individual.

REGALO Y DESCUENTO EXCLUSIVO PARA LAS 5 PRIMERAS PLAZAS

Libro «El Lenguaje del Alma» dedicado personalmente por

Josep Soler para ti o la persona que elijas.

+ un CUPÓN de descuento de 200 €.

NOTAS GENERALES

Si te es posible, preferimos las comunicaciones escritas por correo electrónico o WhatsApp.

El alojamiento es en pensión completa con menú bio-vegetariano.

Política de cancelaciones:

Se devuelve la reserva si se cancela 1 mes antes del comienzo del retiro.

Después de ese plazo, no se devuelve nada.

CONTACTO



650 484 928
Sofía Delgado



La Hospedería del Silencio

Paseo de las Cañadas S/N, 10493
Robledillo de la Vera, Cáceres

RESERVAS EN:



www.hospederiadelsilencio.com



hpdc@ecocentro.es



ecocentro

Bio vegetariano con alma



RETIRO CONECTAR

Por Maria Gemma Tarodo

Hospederia del Silencio, Gredos

**14, 15, 16 y 17 de Agosto de
2025**

RETIRO MINDFULNESS Y BREATHWORK

5, 6 y 7 Septiembre

*@La Hospedería del
Silencio - La Vera
(Cáceres)*



@TeresaMorono

Vive tu presente en calma
Libera bloqueos y emociones reprimidas
Mejora tu foco e intuición
Conecta con tu Autoestima

RESERVAS: www.hospederiadelsilencio.com

630 680 145 -Teresa

650 484 928 - Sofía

 *MiCursoMindfulness*


ecocentro
Bio-vegetariano con alma

Retiro

de fin de semana

19, 20 y 21 Septiembre '25

CONSERVA TU LUZ

Es momento de volver a ti.

Un retiro que te invita a conectar con tu luz interior y nutrir profundamente cuerpo, mente y energía.



Robledillo De la Vera
Cáceres

Incluye:



3 días y 2 noches para retirarte de lo cotidiano



Clases de movimiento consciente, respiración y meditación



Talleres especiales y senderismo



Comida casera en pensión completa

Contacto:

601 223 261 Esther

634 532 996 Patricia



@cuerposanamenteencalma

@pilatesyogaflow

La Hospedería del Silencio



El lugar perfecto para hacer tus talleres

Desde La Hospedería del Silencio seguimos trabajando con nuevos planes y proyectos para fomentar el desarrollo personal, la expansión de la consciencia y el respeto hacia los demás y el entorno.

Estamos organizando la agenda de este año y nos encantaría contar contigo en nuestro calendario de actividades.

Ecocentro te ofrece una amplia difusión para tus talleres: a través de la web de La Hospedería y de Ecocentro, boletín digital compartido, carteles en los tabloneros de anuncios de Ecocentro y Agenda digital mensual y descuento en contratación de publicidad adicional.

También, posibilidad de impartir una conferencia gratuita en Ecocentro sobre el contenido del retiro o taller en la Hospedería.

Contacta con nosotros para consultar fechas disponibles y reservar espacio



ecocentro

**La Hospedería
del Silencio**

Información: Sofía Delgado

✉ sd@ecocentro.es

☎ 650 484 928 📞

📍 **La Hospedería del Silencio**
Paseo de las Cañadas S/N, 10493
Robledillo de la Vera, Cáceres

🌐 www.hospederiadelsilenico.com



**¿TE CUESTA LLEVAR
LA COMPRA?**

**¡TE LA ENVIAMOS GRATIS
HASTA TU DOMICILIO!**

REPARTO A DOMICILIO

- 📍 **Madrid Capital** (dentro de la M30)
Lunes a sábado (excepto martes)
- 📍 **Madrid Comunidad** (fuera de la M30)
ZONA 1 Y ZONA 3 martes
ZONA 2 viernes, según zona / CP

- 👉 Consulta tu **zona** o **código postal** en caja.
- 👉 El día de entrega te informamos al momento de la compra, según tu zona.



ZONA 1:

CP	Localidad
28210	Valdemorillo
28213	Colmenar del Arroyo
28220	Majadahonda
28223	Pozuelo de Alarcón
28250	Torreloz
28280	El Escorial
28290	Las Matas
28290	Las Rozas de Madrid
28292	Galapagar
28294	Robledo de Chavela
28400	Collado Villalba
28410	Manzanares el Real
28411	moralzarzal
28420	La Navata
28430	Alpedrete
28450	Collado Mediano
28490	Becerril de la Sierra
28492	Mataelpino
28660	Boadilla del monte
28670	Villaviciosa de Odón
28691	Villanueva de la cañada
28693	Quijorna
28694	Chapinería
28696	Pelayos de la presa

ZONA 2:

CP	Localidad
28100	Alcobendas
28140	Fuente el saz de Jarama
28500	Arganda del Rey
28514	Nuevo Baztán
28707	San Sebastián de los Reyes
28710	El molar
28739	Gargantilla del Lozoya
28742	Lozoya
28743	Canencia
28752	Lozoyuela
28760	Tres Cantos
28770	Colmenar Viejo
28792	Miraflores de la Sierra
28804	Alcalá de Henares
28814	Daganzo de Arriba
28822	Coslada
28830	San Fernando de Henares
28840	Mejorada del Campo
28850	Torrejón de Ardoz
28860	Paracuellos de Jarama

ZONA 3:

CP	Localidad
28300	Aranjuez
28320	Pinto
28380	Colmenar de Oreja
28521	Rivas-Vaciamadrid
28907	Getafe
28914	Leganés
28921	Alcorcón
28933	Móstoles
28939	Arroyomolinos
28945	Fuenlabrada
28971	Griñón
28978	Cubas de la Sagra

INFORMACIÓN:

☎ **915 535 502**
☎ **690 334 737**

CONDICIONES:

- ✓ Tú vienes a ecocentro, eliges y disfrutas de la experiencia en tienda.
- ✓ Compras superiores a 100 €.
- ✓ Nosotros te la acercamos cómodamente a casa.



Calle Esquilache, 2. CP 28003



ecocentro
Bio-vegetariano con alma



ecocentro

bio vegetariano con alma

Pioneros desde 1993

Madrid | Cáceres | Alicante

- Supermercados ecológicos
- Restaurantes bio-vegetarianos
- Finca-hotel: La Hospedería del Silencio
- La Academia de la Consciencia
- Ecosofía: salud natural, cultura y solidaridad
- Comunidad Crisálida



Abrimos **todos** los días del año

De 10:00 a

21:00 tiendas

23:00 restaurante bio-bufé

De 13:00 a

16:00 restaurante gourmet
(de lunes a domingo)

De 21:00 a

23:00 restaurante gourmet
(viernes y sábado)

📍 C/ Esquilache 2-12, 28003 Madrid

☎ 915 535 502 | 690 334 737

✉ eco@ecocentro.es

🌐 www.ecocentro.es

Metro:

- Cuatro Caminos
- Ríos Rosas
- Canal

