vinetur

Santo Mauro retoma sus sesiones de yoga con desayuno opcional

El hotel madrileño programa dos citas en junio y julio con grupos de 12 personas

miércoles 27 de mayo de 2026



El Hotel Santo Mauro, a Luxury Collection Hotel, Madrid, vuelve a poner en marcha Luxury Yoga & Breakfast by Zentro Urban con una nueva edición pensada para los meses de mayo, junio y julio. La propuesta regresa tras el lanzamiento de la pasada primavera y mantiene la combinación de yoga, bienestar y gastronomía, aunque incorpora una novedad: el desayuno saludable o el brunch dejarán de ser obligatorios y pasarán a ser opcionales para cada asistente.

La iniciativa se celebrará en un entorno que la organización define como un oasis de calma en pleno centro de Madrid. El programa incluye tres propuestas temáticas de yoga y, como cierre, un kit de infusiones de Nattan para todos los participantes. La firma española trabaja con infusiones funcionales y complementos alimenticios orientados a necesidades como el estrés o la falta de energía.

Las clases están dirigidas por los maestros yogis de ZUY, uno de los estudios pioneros de yoga, meditación y conciencia en España, fundado por Mercedes de la Rosa, autora del libro Comprende, Confía, Vive. La organización plantea estas sesiones como una forma de reconectar con la energía y mantener un enfoque optimista de cara al verano.

La primera cita será Urban Escape, el próximo 6 de junio. La sesión se centra en la búsqueda de equilibrio entre el interior y el exterior a través de la renovación y el cambio. La práctica combinará yoga con flow dinámico y baños de sonidos. Para esta propuesta, Nattan presentará De-stress Body & Mind, un plan pensado para apoyar la gestión del estrés, favorecer la relajación y contribuir al bienestar físico y mental en entornos de alta exigencia.

La segunda sesión será Summer Glow, el próximo 4 de julio. En este caso, la práctica se apoyará en mindful yoga y una larga relajación para ofrecer una pausa consciente con la llegada del verano. La propuesta busca favorecer la presencia y la claridad, con una reducción del estrés acumulado y una sensación de mayor suavidad física y mental. Nattan acompañará esta cita con Skin Radiant, su plan específico para el cuidado de la piel desde el interior.

Todas las clases se impartirán de 10:00 a 11:00 horas y tendrán un aforo máximo de 12 personas, con el objetivo de mantener una experiencia íntima y cuidada. El formato flexible permite elegir entre completar la actividad con desayuno o brunch, o limitarse

a la práctica de yoga.

Quienes opten por prolongar la experiencia podrán hacerlo con una oferta gastronómica healthy elaborada por el equipo del chef Rafa Peña. El hotel presenta una selección equilibrada y sofisticada, pensada para acompañar el ritmo del cuerpo después de la práctica y poner en valor el producto y una pausa consciente.

Las reservas se gestionan desde el propio Santo Mauro a través del correo concierge@santomaurohotel.com. El precio de la clase de yoga temática con desayuno healthy es de 80€, mientras que la clase con brunch cuesta 125€.