vinetur

Santo Mauro lanza tres sesiones de yoga con desayuno opcional

Las clases se celebrarán en mayo, junio y julio con grupos de 12 personas y propuestas de Nattan

jueves 23 de abril de 2026



El Hotel Santo Mauro, a Luxury Collection Hotel, Madrid, acogerá una nueva edición de Luxury Yoga & Breakfast by Zentro Urban Yoga con tres sesiones temáticas previstas para el 9 de mayo, el 6 de junio y el 4 de julio. La propuesta regresa al hotel madrileño tras el lanzamiento de la pasada primavera y mantiene la combinación de yoga y gastronomía, aunque en esta ocasión el desayuno saludable o el brunch pasarán a ser opcionales para cada asistente.

La iniciativa se desarrollará en pleno centro de Madrid y busca ofrecer una experiencia más flexible que la de la primera edición, que se prolongó durante varios meses. Ahora, cada participante podrá decidir si completa la práctica con una propuesta gastronómica del hotel o si prefiere quedarse solo con la sesión de yoga.

Todas las clases se impartirán de 10:00 a 11:00 horas y estarán limitadas a un máximo de 12 personas por grupo. El formato reducido pretende mantener una atención más cuidada y una experiencia íntima para los asistentes.

La primera cita será RESET & BLOOM, el 9 de mayo. La sesión combinará vinyasa yoga y meditación con el objetivo de reconectar con la energía y acompañar la llegada de la primavera. La práctica se apoyará en movimientos fluidos y respiración consciente. Para esta jornada, Nattan ha preparado el kit Energise & Focus, orientado a mejorar la claridad mental, la concentración y la vitalidad.

La segunda propuesta llegará el 6 de junio bajo el nombre URBAN ESCAPE. En este caso, la sesión se centrará en el equilibrio entre el interior y el exterior a través de un yoga de flow dinámico acompañado por baños de sonidos. La idea es trasladar al participante la sensación de una escapada sin salir de la ciudad. Nattan aportará en esta fecha el kit De-stress Body & Mind, pensado para apoyar la gestión del estrés, favorecer la relajación y contribuir al bienestar físico y mental.

La tercera sesión, SUMMER GLOW, tendrá lugar el 4 de julio y estará dedicada a la llegada del verano. La práctica se basará en mindful yoga y una larga relajación para favorecer la presencia y la claridad. En esta ocasión, Nattan ofrecerá Skin Radiant, su plan específico para el cuidado de la piel desde el interior.

Como parte de la experiencia, todos los participantes recibirán un kit de infusiones de Nattan, firma española que combina ciencia, naturaleza y sostenibilidad e integra infusiones funcionales y complementos alimenticios. La marca plantea estas propuestas como apoyo frente a necesidades como el estrés o la falta de energía.

Las clases están firmadas 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. El programa se presenta como una fórmula para reconectar con la energía y mantener un enfoque optimista de cara al verano.

Quienes quieran prolongar la experiencia podrán añadir un desayuno healthy o un brunch elaborado por el equipo del chef Rafa Peña. El hotel plantea una oferta gastronómica pensada para acompañar el ritmo del cuerpo tras la práctica, con una selección equilibrada y centrada en el producto.

Las reservas se gestionarán a través del correo concierge@santomaurohotel.com. El precio de la clase de yoga temática con desayuno healthy será de 80€, mientras que la clase con brunch costará 125€.