Rutas ALQUIMIA

RESTAURA TU ENERGÍA

Actividades por el día

MEDITACIÓN, YOGA, PISCINA,
ALMUERZO SALUDABLE

SAMMASATI, PUCÓN

OBJETIVO

Entregar una instancia de descanso, relajación y desconexión, aprendiendo nuevas técnicas para enfrentar los desafíos con actitud positiva, logrando así que cada persona regrese con sus energías renovadas, sintiéndose mas feliz y equilibrado.

INCLUYE

Meditación
Jugo Detox
Clase de Yoga
Almuerzo Vegano
Piscina y caminata

LOS PARTICIPANTES CONECTARÁN CON LA NATURALEZA, COMPARTIRÁN UN PROCESO DINÁMICO Y APOYADO POR TÉCNICAS DE MEDITACIÓN, RELAJACIÓN, YOGA Y COMIDA SALUDABLE

PROGRAMA

La Jornada comienza a las 9:00 hrs. en el maravilloso lugar: SAMMASATI, Pucón

BENEFICIOS

. Ayuda al descanso eliminando el stress
· Mejora la postura corporal
· Reduce la presión sanguínea
· Mejora la calidad del sueño
· Relaja la tensión muscular
· Favorece nuestra autoestima
· Desarrolla la capacidad de concentración
· Ayuda al autocontrol de las emociones
· Desarrolla la confianza y seguridad

....y muchos más

VALOR DE LA EXPERIENCIA

$65.000 p/p

CONTACTO

Ramana Granzotto
contacto@rutasalquimia.cl
+569 8588 2503

Rutas ALQUIMIA

SERNATUR