

PROGRAMA DE ACTIVIDADES DE BIENESTAR
WELLNESS ACTIVITIES PROGRAMME

AGOSTO AUGUST

LUNES MONDAY	MARTES TUESDAY	MIÉRCOLES WEDNESDAY	JUEVES THURSDAY	VIERNES FRIDAY	SÁBADO SATURDAY	DOMINGO SUNDAY
						01 
02 	03 	04 	05 	06 	07 	08 
09 	10 	11 	12 	13 	14 	15 
16 	17 	18 	19 	20 	21 	22 
23 	24 	25 	26 	27 	28 	29 
30 	31 					

ACTIVIDADES · HORARIO
ACTIVITIES · SCHEDULE

9.00 H
9 AM



YOGA



YOGA NIDRA



CHIKUNG



MINDFULNESS



MEDITACIÓN
CREATIVA
CREATIVE
MEDITATION



RELAJACIÓN
CREATIVA
CREATIVE
RELAX



TANTRA
EN PAREJA
TANTRA
FOR COUPLE



**HORARIO DE
ACTIVIDADES: 9h**
SCHEDULE OF
ACTIVITIES: 9 am

***Actividades gratuitas.
Plazas limitadas. Reserva
con antelación en Recepción**
*Free activities. Limited places.
Book in advance at the Reception

