

## PROGRAMA DE ACTIVIDADES DE BIENESTAR WELLNESS ACTIVITIES PROGRAMME

### ABRIL APRIL

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 		

### 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

