



MALDIVAS
HFT EXPERIENCE
30 NOV-8 DICIEMBRE 2019
10/15 PERSONAS



PROGRAMA
ADIÓS AL ESTRÉS

UNA SEMANA EN EL PARAÍSO

Las islas Maldivas no tienen rival. Son un verdadero paraíso de playas de arena blanca y lagunas azul turquesa, solo aptas para el más deseado de los sueños.

Por ello, estas islas son uno de los mejores lugares del Planeta para practicar el “adiós al estrés”. Un entorno maravilloso donde aprender técnicas de liberación corporal y realizar entrenamientos personalizados o practicar yoga y actividades acuáticas.

Una escapada perfecta para evadirse de la rutina y desarrollar un programa de fitness, masajes terapéuticos y alimentación saludable. Todo ello orientado a experimentar los beneficios de un estilo de vida sano, activo y vibrante.

FICHA

Estancia 6 noches en Water Villa 140 m²

Vuelos y traslados en hidroavión
Entrenamiento personalizado
Atelier de Nutrición
Actividades acuáticas
Programa Adiós al estrés
Masajes terapéuticos
Pensión completa

Plazas limitadas

Precio por persona:
a determinar

SÁBADO 30 NOVIEMBRE

Vuelo Barcelona-Maldivas con escala.

DOMINGO 1 DICIEMBRE

Aterrizaje en Male, y traslado en hidroavión al Resort.

Check Out Resort, paseos, estiramientos y ejercicios
Lectura/Mandala

LUNES 2 DICIEMBRE

Yoga
Sesiones personalizadas
Actividades acuáticas
Lectura/Mandala

MARTES 3 DICIEMBRE

Yoga
Circuito HIIT
Natación
Corrección postural
Estiramientos
Charla cena saludable
Lectura/Mandala

MIÉRCOLES 4 DICIEMBRE

Yoga
Animal flow
Resistencia y equilibrio
Taller con chef
Técnicas Kick boxing
Cardiovascular
Lectura/Mandala

JUEVES 5 DICIEMBRE

Yoga
Snorkel en arrecife coral
Natación/Snorkel
Pilates
Técnicas boxeo
Charla nutrición
Lectura/Mandala

VIERNES 6 DICIEMBRE

Yoga
Navegación a canoa
Masajes terapéuticos
Entrenamiento HIIT
Estiramientos
Cena en la playa
Lectura/Mandala

SÁBADO 7 DICIEMBRE

Yoga
Tiempo libre disfrutar resort
Check Out Resort
Vuelo en hidroavión regreso a Male
Vuelo internacional Male-Barcelona con escala.

DOMINGO 8 DICIEMBRE

Llegada al aeropuerto de Barcelona

RESERVAS Y CONDICIONES

Precio por persona (en hab. doble)... A determinar
Depósito
Suplemento individual y business a consultar
Se respetará orden de inscripción

DATOS BANCARIOS

Caixabank ES25-2100-1358-14-0200029834

GRUPO MÍNIMO: 10/15 Personas

FECHA MÁXIMA INSCRIPCIÓN: a determinar

HFT EXPERIENCE/HEALTH FITNESS & TRAVEL es una iniciativa de KOA Center y Ferrer & Saret Viajes.

INCLUYE

Vuelo internacional Barcelona-Male, con escala, y viceversa | Traslados en hidroavión | Alojamiento en Water Villa 6 noches con pensión completa | Masajes terapéuticos | Entrenamientos personalizados | Taller nutrición y resto actividades anunciados en el programa Adiós al estrés | Seguro asistencia viaje y cancelación.

MÁS INFO SOBRE VIAJE Y HFT EXPERIENCE:

FERRER SARET VIAJES / KOA CENTER

Teléfono: (34) 93 217 83 00/93 667 43 91

Sara – sara@ferrerysaret.es