



PROGRAMA ORIENTATIVO
ESCAPADA
“Fin de Año Consciente”

Martes 31 de diciembre 2024

13:00 Bienvenida! Charla introductoria

14:00 Comida

Tiempo libre para descanso,
reflexión individual *

** Posibilidad de una sesión
de Reflexoterapia Podal
para más Relax y más
Bienestar (30€)*

18:00 Estiramientos

Dinámica grupal divertida

Tiempo libre

21:30 Cena Especial Fin de Año | Ritual de Soltar |

Celebración con música

00:00 Brindis para dar una calurosa Bienvenida al 2025

Miércoles 1 de enero 2025

09:30 Desayuno

10:30 Biodanza

12:00 Paseo Consciente por el bosque

14:00 Comida

16:00 Despedida “¡A disfrutar en el año nuevo!”