

PROGRAMA DESCONECTA CERCEDILLA

Del 7 al 9 de agosto de 2020

Viernes 7:

-17:00-19:00: Llegada y acomodación

-19:00-20:00: Dinámica-presentación

-20:00-21:00: Yoga restaurativo

-21:00-22:00: Cena

-18:30-19:00: Merienda y Hatha Yoga

-19:00-21:00: Hatha Yoga y Yoga Nidra

-21:15-22:15: Cena

Sábado 8:

-8:00-8:45: Saludo al sol y Pranayama

-9:00-9:30: Desayuno

-10:00-13:30: Excursión

-13:30-14:00 Yoga suave

-14:15-15:00: Comida

-15:00-16:30: Tiempo libre

-16:30-18:00: Taller de desarrollo personal con Dinámicas y Metodología "ClickMind Coaching"

Domingo 09:

-8:30-9:30: Yoga

-9:30-10:00: Desayuno

-10:30-12:30: Paseo y dinámicas

-12:30-13:30: Neurocoaching y PNL

-13:45-14:00: Recoger equipaje

-14:00-15:00: Comida

-15:00-16:00: Despedida



PROGRAMA DESCONECTA CERCEDILLA

Del 7 al 9 de agosto de 2020

- Incluye pensión completa y actividades

- NO INCLUYE TRASNPORTE

- Más información y reservas:

hola@des-conecta.com

- Tlf: 645 97 77 83 (Vanessa)

www.des-conecta.com



¡Escápate de ti mism@!