

Programa Salud

Bienestar integral para cuidar su salud física y emocional



Una experiencia preventiva que combina alimentación natural y antiinflamatoria, actividad física moderada y adaptada, acompañamiento profesional, spa y circuito hidroterapéutico diario.

ESTADÍA

5 noches

2 CLASES INDIVIDUALES

Gimnasio con rutina personalizada

8 CLASES GRUPALES

- 2 clases de HIIT
- 2 sesiones de pilates
- 2 caminatas guiadas
- 2 sesiones de yoga y meditación

ACOMPañAMIENTO

Nutricionista: 2 turnos
Coach Ontológico: 1 turno
Spa: 2 turnos

ESTADÍA

7 noches

3 CLASES INDIVIDUALES

Gimnasio con rutina personalizada

12 CLASES GRUPALES

- 3 clases de HIIT
- 3 sesiones de pilates
- 3 caminatas guiadas
- 3 sesiones de yoga y meditación

ACOMPañAMIENTO

Nutricionista: 2 turnos
Coach Ontológico: 2 turnos
Spa: 3 turnos

INCLUIDO EN AMBAS MODALIDADES

Circuito hidroterapéutico diario • Alimentación consciente • Actividades adaptadas

Una pausa consciente para comenzar a sentirse mejor.

Disponible exclusivamente para estancias de 5 o 7 noches

UN REFUGIO PARA TRANSFORMAR SU BIENESTAR