

RECUPERA TU CALOR INTERIOR

Octubre 2020

SANATUSOL

organiza:

Unos días de contacto con la Naturaleza y con tu interior.

Permítete unos días para ti.

Invítate a ir hacia adentro mediante el descanso digestivo, físico y sensorial.

**En octubre, del miércoles 7 al lunes 12
en el Hotel Rural Castell de Ceuró, Solsonès**

Camí de Ceuró s/n
25289 Castellar de la Ribera, Lleida
www.ceuro.cat

El hilo conductor de este encuentro es **RECUPERA TU CALOR INTERIOR**.

El calor natural es relajante, tonificante y purificante.

Vive la experiencia de estimular y mantener tu calor interior con herramientas sencillas para tu día a día.

Disfruta del descanso, saborea el paisaje, despierta tus habilidades naturales para mejorar tu salud y ponlas en práctica en tu día a día.

El descanso digestivo facilita que la energía de tu organismo se dirija a mejorar tu estado físico y mental, es una puesta a punto de vitalidad y claridad.

Dedica unos días de tranquilidad para hacer un descanso digestivo, siguiendo la “V” de Eneko Landaburu, con productos de proximidad y ecológicos.

La “V” consiste en realizar un proceso de desescalada y escalada de ingesta de alimento: ensalada/fruta/ayuno*/fruta/ensalada.

(* el ayuno será con agua o zumos, valorando la situación individual)

El descanso sensorial, con espacios de silencio y sin conexiones externas, te permite estar en el momento presente y en comunicación con tu esencia.

Escucha el silencio, el sonido de la naturaleza, contempla las estrellas, toca y siente la tierra, el agua del río, las caricias del viento y el calor del sol.

SANATUSOL respeta tus ritmos y proceso personal, te proporciona un entorno seguro y te facilita herramientas para apreciar todo lo bueno que hay en ti, con lo que mejoras tu salud y el mundo en el que vives.

SANATUSOL

Encuentros de salud · Conexión con la naturaleza

RECUPERA TU CALOR INTERIOR

Octubre 2020

SANATUSOL

organiza:

Llegada el miércoles 7 de octubre de 18h a 20h.

Salida el lunes 12 de octubre a las 15h.

EL PRECIO:

750 € en habitación **doble con baño de uso individual.**

650 € en habitación **doble con baño** (precio por persona).

600 € en habitación **individual con baño.**

Hay otras opciones con baño compartido. Consultar.

EL PRECIO INCLUYE:

- 5 noches de Hotel, comidas en régimen de pensión completa (desde la cena del día de llegada hasta la comida del día de salida)
- La organización
- Materiales
- El acompañamiento.
- Seguro, Tasa Turística e IVA.

NO INCLUYE:

El desplazamiento hasta el lugar de alojamiento.

ACCESO:

En coche particular o en transporte público hasta Solsona y taxi (son 17 Km).

Nota: Si alguien está interesado en compartir el desplazamiento con otras personas puede comunicarlo a la organización.

INSCRIPCIÓN Y RESERVA:

Las plazas son limitadas.

La inscripción y reserva de plaza se formalizará previo pago de 200€ por transferencia bancaria **antes del 28 de septiembre.**

Para más información y reservas contactar:

Vía correo electrónico:
sanatusol@gmail.com

Vía Teléfono o WhatsApp:
Sandra Mulero 601 088 883
Marisol Alcázar 670 232 195

¡Te esperamos!

SANATUSOL

Encuentros de salud · Conexión con la naturaleza