

## VIVE TU SALUD

Fin de semana de Silencio Interior  
del 29 al 31 de octubre 2021

## SANATUSOL

Facilita unos días para ti, de descanso digestivo, físico y sensorial.  
Experimenta el ayuno intermitente y el ayuno terapéutico, el  
descanso sensorial, la práctica del silencio, el contacto con la  
Naturaleza y autocuidados para tu SOL (tu ser esencial).

**En la Masia Can Mas Rural  
dentro del Parque Natural del Montnegre.**

**Llegada el Viernes 29 de octubre de 16h a 17h.  
Salida el domingo 31 de octubre de a partir de las 14h.**

**EL PRECIO:**  
**300 € por persona**

**EL PRECIO INCLUYE:**  
· 2 noches en habitación compartida.  
· Menú facilitador para descanso digestivo, combinando adecuadamente alimentos frescos, cocinados y caldos.  
Nota: El menú puede ser personalizado por prescripción nutricional o personal.  
· Experiencias, dinámicas y actividades de autocuidado.  
· Tasa Turística e IVA.

**NO INCLUYE:**  
El desplazamiento hasta el lugar de alojamiento.

**ACCESO:**  
En coche particular.  
Se facilita contacto de taxi desde Barcelona.

**INSCRIPCIÓN Y RESERVA:**  
Las plazas son limitadas.  
La inscripción y reserva de plaza se formalizará previo pago de 150€

**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!**