

EL LUJO DE IR DESPACIO

Programa hotelero (opción A / B)

día 25 de julio / 22 de agosto

Entrada y acomodación en el alojamiento
Bienvenida | Presentación del programa | Entrega de documentación
Paseo por las instalaciones del Balneario | Fundamentos de Tai Chi y Qi Gong
Senderismo al atardecer: subida al Mirador de la Reina

día 26 de julio / 23 de agosto

Tai Chi y Qi Gong | Manifiesto SLOW de grupo |
Salida a Pueyo de Jaca | Dinámica de la risa |

día 27 de julio / 24 de agosto

Tai Chi y Qi Gong | Salida hacia Torla |
Ruta de los Miradores de Ordesa y Monte Perdido

día 28 de julio / 25 de agosto

Senderismo matinal hasta los Lagos Azules | Circuito del Palacio termal

día 29 de julio / 26 de agosto

Tai Chi y Qi Gong | Juegos Tradicionales |
Actividad deportiva opcional (descenso de barrancos, etc.) | Paseo a Francia

30 de julio / 27 de agosto

Tai Chi y Qi Gong | Aplicación para la gestión del estrés cotidiano
Síntesis y Plan de mejora personal | Almuerzo y clausura del programa

Programa sujeto a variaciones según meteorología

Información y reserva

(con un mínimo de 10 días de antelación)

info@lastragal.com

Tlf. **655 999 850**

BOLETIN DE INSCRIPCION

