



## Hotel Campestre Los lagos & Hotel Campestre Rancho California

Programas:

### YOGA EN LA NATURALEZA

El yoga una práctica de 5000 años de edad, hace referencia al método que trabaja el cuerpo físico para facilitar la meditación y que involucra el despertar de la energía vital en el cuerpo, incorporando posturas que aumentan la flexibilidad y fortaleza, ejercicios de respiración para prevenir y sanar dolencias físicas y emocionales.

El yoga una práctica de 5000 años de edad, hace referencia al método que trabaja el cuerpo físico para facilitar la meditación y que involucra el despertar de la energía vital en el cuerpo, incorporando posturas que aumentan la flexibilidad y fortaleza, ejercicios de respiración para prevenir y sanar dolencias físicas y emocionales.

Disfrútalo en Hotel Campestre Los lagos & Hotel Campestre Rancho California.





## **RUTA WELLNESS CON AROMA DE CAFÉ**

Llegada al Hotel Campestre Los Lagos y / o Hotel Rancho California, inicio del programa con una bebida energizante, pasamos a la clase de meditación y relajación (yoga), después procedemos a degustar una infusión de frutas, pasamos a tener una charla sobre alimentación saludable, posteriormente iniciamos la valoración médica y finalizamos la mañana con un delicioso almuerzo saludable, continuamos con la sesión de auriculoterapia, pasamos a degustar una deliciosa infusión de frutas, posteriormente damos inicio a la Alegoría al fuego (terapia Homa) Finalizamos con una bebida , y una agradable despedida.

**Duración:** 1 día

**Recomendaciones:** Usar ropa cómoda, disposición para realizar cada uno de los procedimientos, y un cambio de actitud frente al binomio

**Incluye:** Alimentación, valoración médica, auriculoterapia, test de laboratorio, meditación y relajación, auxiliar de enfermería.

No incluye servicios no especificados

Territorio Aventura como agencia operadora de turismo de bienestar, salud y naturaleza, acompañado de un equipo idóneo en las sedes campestres HOTEL LOS LAGOS Y HOTEL RANCHO CALIFORNIA, en la programación de planos con terapias adaptadas en el proceso de cambio de salud (ayuno terapéutico, detoxificación holística, espiritual, emocional y física) un estilo y forma de vida saludable ofrece y garantiza a sus visitantes y huéspedes las más alta calidad de servicio en el bienestar de una forma armónica y saludable.

### **Beneficios**

1. Un cambio de actitud frente a binomio salud - enfermedad.
2. Obtenga herramientas sencillas y definitivas para mejorar su salud.
3. Podrá disminuir el peso de la forma controlada y saludable
4. Tendrá la oportunidad de desintoxicar su cuerpo de forma integral y supervisada.

5. Tendrá la oportunidad de realizar una evaluación frente a las situaciones que pueden estar generando estados de afectación en su bienestar.

6. Alcanzará un mejor estado de bienestar con un régimen de alimentación lacto - ovo - vegetariano.



## **AVISTAMIENTO DE AVES RANCHO CALIFORNIA**

### **OBSERVACIÓN DE AVES EN RANCHO CALIFORNIA 1 DÍA**

#### **¿QUÉ INCLUYE?**

- Guía profesional especializado en observación de aves.
- CheckList (con las aves de la zona).
- Desayuno y Refrigerio
- Ingreso a Rancho California
- Tarjeta médica
- Binoculares
- Estación de agua y café

## NO INCLUYE

- Transporte
- Gastos Personales
- Costos no estipulados anteriormente

**Nota: La actividad se debe realizar mínimo con 2 personas y bajo previa reserva.**

Rancho California, ubicado al sur del departamento del Quindío en el Kilómetros 27 vía Calarcá barragán antigua vía al Valle. Cuenta con una gran diversidad de fauna asociada a ecosistemas acuáticos y pastizales típicos de las tierras bajas del departamento del Quindío sobre el gran Valle de Maravélez, gracias a sus enormes y atractivos lagos de aguas naturales y su cercanía con el Río la Vieja hacen de este lugar un área de gran afluencia de especies de aves que encuentran en este lugar un espacio propicio donde descansar, refugiarse y en muchos casos alimentarse, además de ser el sitio ideal para que sus visitantes disfruten de tan maravillosa actividad.







## CONEXIÓN VITAL CON TU SER

### DETALLE DE ACTIVIDADES:

#### DIA 1

HORA	ACTIVIDAD
15:00	Bienvenida
15:15	Registro - check in - acomodación
15:45	Valoración médica
16:30	Charla alimentación saludable
	Libro: RUTA DEL BIENESTAR
17:15	Elaboración de bebida saludable
18:00	Descanso
19:00	cena al natural
21:00	Retiro aa las habitaciones

DIA 2

HORA	ACTIVIDAD
6:30	Alborada - yoga -relajación y meditación
7:30	Batido saludable
8:30	Desayuno - despertar al natural
9:30	terapias - suero terapia
12:30	Almuerzo del campo
15:00	Caminata - sendero de los sentidos Terapia - masaje
16:00	Bebida Detox

HOTEL CAMPESTRE  
**LOS LAGOS**  
MUNDO COLOMBIANO



*Rancho California*  
HOTEL CAMPESTRE  
MUNDO COLOMBIANO

Conéctate con la naturaleza, renuévate con alimentación saludable y experimentos terapias alternativas. Lograrás adquirir hábitos saludables que te permitirán iniciar un proceso de mejoramiento en tu ser, con bienestar y calidad de vida.

UNA EXPERIENCIA DE BIENESTAR CONSCIENTE PARA UN CAMBIO QUE MEJORARÁ TU CALIDAD DE VIDA

INTEGRACIÓN DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE CON TERAPIAS ALTERNATIVAS  
LUGAR CON EXCELENTE PAISAJE Y NATURALEZA





## **FLORECE EL AMOR AFIANZA EL SENTIMIENTO**

El plan incluye:

Día 1

Bienvenida

Spa esencia y armonía en pareja

Traslado al restaurante

Almuerzo Boticasol

Traslado al consultorio

Besos de amor y frescura - salud oral

Recorrido por Armenia

Traslado Centro de Terapias hotel lagos

Terapia Alternativa

Cena para enamorar

Día 2

Desayuno "Conquistame con Amor"

Traslado al Parque Los Arrieros

Ingreso al Parque

Almuerzo en el parque los Arrieros

Traslado al Hotel

Alojamiento

Día 3

Desayuno "florece el amor"

Traslado a Rancho California

Rancho California (Todo el día) Observación de aves,

Cabalgata, Senderismo, actividades acuáticas,

Parapentismo

Almuerzo Rancho California

HOTEL CAMPESTRE  
LOS LAGOS  
MAMPEO COLOMBIA



Rancho  
California  
HOTEL CAMPESTRE  
MAMPEO COLOMBIA

Traslado al Hotel

Alojamiento

Día 4

Traslado a Finca Familia Agrosol

Desayuno "Energía de Vida"

Familia Agrosol Visita Guiada y conexión con la naturaleza (2 horas) - Kit de productos Familia Agrosol

Traslado al aeropuerto

Vive una experiencia en pareja, fecha la oportunidad de estrechar tu vínculo y tu conexión, y con mucho sentimiento inspirado tu mente, tu espíritu y tu ser, para afianzar tu amor y tu relación.

Es una experiencia integral de vida.





## **MASAJE RELAJANTE RADIANTE TERRITORIO AVENTURA**

EL MASAJE RELAJANTE RADIANTE, es una terapia manual destinada a mejorar el bienestar de la persona con el objetivo de aliviar el dolor, reducir o eliminar las tensiones musculares, mejorar la circulación sanguínea y linfática y obtener un alivio del estrés, la ansiedad y las tensiones del día a día.

Realizado con ingredientes que nos brinda la naturaleza.

Adicionales:

- Clases de Yoga
- Terapia Antienvjecimiento
- Terapia Detox
- Valoración Médica Integral
- Observación de aves
- Actividades de turismo de aventura en la naturaleza (Rancho California)

EL MASAJE RELAJANTE RADIANTE es una terapia manual destinada a mejorar el bienestar de la persona con el objetivo de aliviar el dolor, reducir o eliminar las tensiones musculares, mejorar la circulación sanguínea y linfática y obtener un alivio del estrés, la ansiedad y las tensiones del día a día.

Disfrútalos en Hotel Campestre Los lagos & Hotel Campestre Rancho California

Tiempo de duración: 60 minutos

