



SLOW TRAVEL GOOD LIFE

AUGUSTA CLUB HOTEL & SPA

Activities :

OUTSIDE

POOL

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
08:00 - 09:00				Senderisme		
09:00 - 10:00				Pranayama exterior		
10:00 - 11:00	loga dinàmic		loga dinàmic		loga dinàmic	loga iniciació
11:00 - 12:00	Reflexió		Meditació		Reflexió	Automassatge
12:00 - 13:00						
16:00 - 17:00	loga	Taller Masatge en parella	Reflexió	loga	loga Pool "Spa"	Taller Masatge en parella
17:00 - 18:00	Meditació	Pranayama	Taller Masatge en parella	Meditació	Pranayama "Spa"	loga Nidra

