

# YOGA, MINDFULNESS Y AVENTURAS KUUSAMO (Finlandia)

LAPONIA  
by Catai

SALIDA 2020

VUELO DIRECTO DESDE MADRID

## DÍA 1. MADRID - KUUSAMO

Presentación en aeropuerto de Madrid. A la hora indicada salida en vuelo especial directo a Kuusamo. Snack a bordo con bebidas incluidas. Llegada al aeropuerto y traslado al Wilderness Hotel Kortteeri. Encontramos en Laponia, en el Wilderness Hotel Kortteeri, una ocasión especial para poder disfrutar de un entorno maravilloso, de la forma más relajada y divertida posible, conectando con la naturaleza, que seguro nos brindará beneficios para nuestro cuerpo y mente. **Cena** en el restaurante del hotel. Alojamiento.

## DÍA 2. KUUSAMO YOGA Y MINDFULNESS

Sesión de yoga. **Desayuno** buffet. **ACTIVIDAD OPCIONAL: Safari en motos de nieve eléctricas.** Precio p./pers.: 115 €. **Almuerzo** en el restaurante del hotel. Sesión de mindfulness. **Cena** en el restaurante del hotel.

## DÍA 3. KUUSAMO YOGA, EXCURSIÓN EN RAQUETAS DE NIEVE, MINDFULNESS Y SAFARI EN TRINEO EN BUSCA DE AURORAS

Sesión de yoga. **Desayuno** buffet. Hoy pasaremos con las raquetas de nieve por un paisaje idílico donde caminaremos por nieve virgen. Durante nuestra actividad, nos detendremos de vez en cuando y practicaremos técnicas meditativas, inmersión en la naturaleza y yoga. **Almuerzo** tipo picnic incluido en la actividad. **Cena** en el restaurante del hotel. Cuando cae la noche y las estrellas comienzan a brillar, nos sentaremos en el trineo que será empujado por la moto de nieve del guía mientras nos conduce a través de la noche oscura y bajo el cielo

del norte. ¿Veremos las Auroras Boreales iluminándonos el camino?

## DÍA 4. KUUSAMO YOGA, CLASE DE COCINA, MINDFULNESS, SAUNA DE HUMO Y BAÑO EN EL HIELO

Sesión de yoga. **Desayuno** buffet. **ACTIVIDAD OPCIONAL: Safari en trineo de huskies.** Precio p./pers.: 155 €. A continuación, nos dirigiremos hacia una Kota y juntos preparemos un delicioso **almuerzo** a fuego abierto y aprenderemos sobre la cocina local. El salmón está delicioso y se vuelve aún más sabroso cuando se prepara en el fuego abierto. Sesión de mindfulness. Por la tarde disfrutaremos de una sauna de humo y un baño en el hielo para los más valientes. **Cena** en el restaurante del hotel.

## DÍA 5. KUUSAMO YOGA Y CENA ESPECIAL LAPONA

Sesión de yoga. **Desayuno** buffet. **ACTIVIDAD OPCIONAL: Visita una granja de renos, almuerzo y flotar en el río.** Precio p./pers.: 260 €. **Cena** especial al más puro estilo ruso en el restaurante del hotel.

## DÍA 6. KUUSAMO - MADRID

**Desayuno** buffet. Tiempo libre que podéis aprovechar para realizar algunos paseos y bajadas en la nieve con los llamados "Forest skis", una mezcla de los esquís de travesía y las raquetas de nieve. A la hora indicada traslado al Aeropuerto de Kuusamo. Trámites de facturación. Salida en vuelo directo con destino a Madrid. Llegada.

## SALIDA

Marzo: 24

## NUESTROS SERVICIOS

- Vuelo especial directo desde MADRID a KUUSAMO (ida y vuelta) que incluye snack a bordo con bebidas
- Mónitor especializado y diplomado para las actividades de Yoga y Mindfulness de habla inglesa
- Asistencia local en castellano
- Todos los traslados
- Traje térmico para toda la estancia (botas y mono térmico), así como casco y guantes para la excursión en motos de nieve
- 5 noches de alojamiento en el Wilderness Hotel Kortteeri
- Pensión completa (\* Excepto almuerzo el día 5 en el caso de no realizar actividad opcional)
- Actividades y excursiones incluidas: 4 sesiones de yoga. 3 sesiones de mindfulness.
- Paseo en raquetas de nieve + almuerzo tipo picnic. Clase de cocina típica lapona + almuerzo. Sauna de humo y baño en el hielo
- Cena especial al más puro estilo Ruso
- Documentación de viaje online
- Seguro de viaje.

## INTERESA SABER

- El orden (no así el contenido) de las excursiones puede variar con respecto a este itinerario
- Excursiones opcionales. La duración de las excursiones son aproximadas y están sujetas al tamaño del grupo y las condiciones climatológicas.

## PRECIO POR PERSONA EN BASE A OCUPACIÓN

Salida	2 personas	1 persona
24 marzo	1.960 €	2.130 €

Tasas aéreas y carburante (aprox.): 145 €.

## NOTAS DE SALIDA

Madrid.

## HORARIOS PREVISTOS

24 MARZO	MADRID-KUUSAMO	09.00 - 15.00 hr
29 MARZO	KUUSAMO-MADRID	16.10 - 20.25 hr

18+  
SOLO ADULTOS

NATURALEZA & RELAX

6 DÍAS DESDE  
2.105 €  
(tasas y carburante incluidos)