

Programa depurativo

Este programa está pensado para depurar tu organismo además de relajar cuerpo y mente, olvidándote del estrés y conseguir así recuperar la energía vital a base de caldos, infusiones y preparados detox personalizados.

Con este programa vamos a conseguir varios objetivos como:

- Pérdida de peso.
- Estabilización del metabolismo en general como reducir los niveles de azúcar en sangre.
- Sensación de limpieza.
- Aumento de energía.

Este programa está diseñado para restaurar las condiciones normales del organismo y crear un ambiente favorable a las células, recuperar el equilibrio en sus funciones, mejorar la digestión, la eliminación de toxinas y proporcionar las mejores condiciones para regenerar tejidos sanos, que tu cuerpo necesita para hacer frente a cualquier reto, ya sea físico, emocional o mental.

Conseguiremos llevar a nuestro cuerpo a un proceso de desintoxicación, manteniendo su equilibrio con una alimentación nutritiva a base de caldos, zumos y smoothies.

Contaremos con instructores cualificados que harán de esta experiencia algo inolvidable.

El programa incluye:

- Clases de Yoga diario
- Paseos guiados por la comarca de los pueblos de la arquitectura negra.
- Meditación.
- Alojamiento.
- Pensión completa (desayuno, comida y cena).

El programa no incluye:

- Transporte (contratable separadamente)
- Bebidas refrescantes o espirituosas

Alojamiento y facilidades

- Contamos con 8 habitaciones dobles con baño.
- Sala spa con jacuzzi y baño turco.
- Opcionalmente se pueden contratar sesiones de masaje
- Gran salón con chimenea.
- Un espacio privado al aire libre para hacer yoga y otras actividades.
- Un espacio cerrado a escasos 50m de la casa, por si el tiempo no permitiese hacerlo en el exterior.
- Piscina privada.

Cómo llegar:

Origen: Madrid o sur peninsular.

Si vienes de Madrid o cual otro origen al sur del Sistema Central, en general, será mucho más rápido y cómodo utilizar la A2 (Ctra. Zaragoza) que la A1 (Ctra. Burgos).

Si finalmente optas por la A1 (Ctra. Burgos) deberás abandonarla por la salida 50 dirección Torrelaguna>Patones>Uceda>El Cubillo de Uceda>Casas de Uceda>Puebla de Beleña>Tamajón>Campillo de Ranas. Si te pasas esta salida te meterás en un buen lío...

Origen: Norte del Sistema Central

Si vienes del norte peninsular (norte del Sistema Central) en general será mejor cruzar por el puerto de Somosierra y bajar hasta La Cabrera. Hay varias rutas que giran hacia el este antes y dan menos vuelta pero todas son mucho más largas en tiempo de viaje pues atraviesan por medio de las montañas.

A final de primavera, verano y principio del otoño (Siempre y cuando no haya nevado) existe una ruta que sí recomendamos por ser mucho más corta y directa que es atravesando el puerto de la Quesera en vez del puerto de Somosierra.

Política de cancelación:

- Una reserva requiere de un depósito del 20% del precio total.
- El depósito no será reembolsado si la reserva es cancelada.
- El resto del pago deberá ser completado 7 días antes de tu llegada