

ITINERARIO



KASAI SPA
Fitness



Tiempo. (Btá/Vta) 2 hrs. 00 min

	DÍA 1 VIERNES NASA BOOT CAMP	DÍA 2 SABADO NASA BOOT CAMP	DÍA 3 DOMINGO NASA BOOT CAMP
6:00 a. m.			
7:00 a. m.			
8:00 a. m.		DESAYUNO	DESAYUNO
9:00 a. m.		Boot Camp (Velocidad/Agilidad/Resistencia/Fuerza)	Bootcamp Acuático
10:00 a. m.		Boot Camp (Velocidad/Agilidad/Resistencia/Fuerza)	Bootcamp Acuático
11:00 a. m.		Boot Camp (Velocidad/Agilidad/Resistencia/Fuerza)	Bootcamp Acuático
12:00 p. m.		Boot Camp (Velocidad/Agilidad/Resistencia/Fuerza)	Yoga y mindfulness
1:00 p. m.		ALMUERZO	Yoga y mindfulness
2:00 p. m.		Tiempo libre	ALMUERZO
3:00 p. m.		Tiempo libre	Taller ambiental
4:00 p. m.		Tiempo libre	Plan de Coworking
5:00 p. m.		Taller de Inteligencia emocional y Resiliencia	Retorno a Bogotá
6:00 p. m.	Salida Bogotá- Villeta	Taller de Inteligencia emocional y Resiliencia	Retorno a Bogotá
7:00 p. m.	Salida Bogotá- Villeta	CENA	Retorno a Bogotá
8:00 p. m.	Salida Bogotá- Villeta	Gran Noche de Fogata y Lunada!	BOGOTA
9:00 p. m.	Bienvenida / Checking habitacional	Gran Noche de Fogata y Lunada!	