

**EXPERIÈNCIA DE IOGA**  
**7 dies - 6 nits - 4 SESSIONS IOGA**  
**Neptuno Hotel & SPA totalment reformat\*\*\*\*S**

[www.hotelneptuno.com/ca](http://www.hotelneptuno.com/ca)



Una estada inoblidable per al seu grup en l'excel·lent i familiar Neptuno Hotel& SPA\*\*\*\*S de Calella, el lloc ideal per a una estada a Catalunya, a només 49 km de Barcelona.

**PREUS NETS PER PERSONA EN HABITACIÓ DOBLE SUPERIOR**

**Mínim 14 pax de pagament**

**Suplement per habitació individual: 150 € (totes les dates)**

**1 pax FOC en habitació individual per a un mínim de 14 pax de pagament.**

**Max. 5 habitacions individuals.**

	14 persones + 1 FOC	16 + 1 FOC	18 persones + 1 FOC	20 persones + 1 FOC	22 persones + 1 FOC	24 persones + 1 FOC	26 persones + 1 FOC
<b>Maig i octubre de 2025</b>	673 €	646 €	626 €	609 €	596 €	566 €	558 €
<b>Setembre de 2025</b>	715 €	688 €	668 €	651 €	638 €	608 €	600 €

<b>Abril-maig- octubre 2026</b>	706 €	679 €	657 €	640 €	626 €	594 €	586 €
<b>Juny a desembre de 2026</b>	750 €	723 €	701 €	684 €	670 €	638 €	630 €

<b>21-31 de març de 2026</b>	619 €	592 €	572 €	555 €	542 €	512 €	504 €
----------------------------------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------

Inclou

- Recepció a l'aeroport el dia d'arribada amb el guia local
- Benvinguda professional i molt amable a l'Hotel Neptuno amb Cava i aperitius
- Taxa turística obligatòria per persona i dia
- 6 x bufet mitja pensió a Neptuno Hotel & SPA\*\*\*\*superior a Calella en habitacions Superior (sense balcó).



Sant Josep 84, 08370, Calella, Espanya  
 Tel +34 93 769 03 11 | [booking@hotelneptuno.com](mailto:booking@hotelneptuno.com)  
 HOTELNEPTUNO.COM

- (Dia 1 i 7) Autobús des de/ fins a aeroport (dia 3) Autobús Calella-Alella-Calella, (dia 5) Autobús Calella-Barcelona-Calella, (dia 6) Autobús Calella-Palafolls-Calella
- 2 professors de ioga els dies 2 i 3.
- 1 classe de ioga a les vinyes (Alta Alella) amb degustació de vins i aperitius
- Temple de la Natura - Retiro espiritual amb 2 professors de ioga
- 1 dinar (vegà) al Temple de la Natura
- 2 x guies experts, GER/ENG/FRE/NED/ITA per a Barcelona i el celler Alta Alella

#### No inclòs

- Altres despeses no descrites en el programa
- Begudes extra
- Dinar

## LA REGIÓ DE VACANCES DE CATALUNYA

Catalunya no és només Barcelona i la Costa Brava. Tenim molt a oferir als seus convidats. Descobreixi el nostre agermanament i fascinant país i deixi's sorprendre. Una estada a Catalunya és la combinació ideal de relax, experiències, vi i gastronomia, història, cultura, el camp i la seva gent i, per suposat, molt sol. Esperem la seva visita i estem orgullosos de mostrar-li el nostre país.

### Dia 1. Arribada Arribada



El seu guia local li recollirà a l'aeroport per rebre'l i durant el camí de tornada a l'hotel (1h) li explicarà el joc previ i tindrà temps per fer preguntes.

A la seva arribada, el personal de l'hotel li donarà la benvinguda amb cava i aperitius a la nostra terrassa i procedirà al check-in. Sopar i allotjament.

### Dia 2: Sessió de ioga a la platja de Calella-Caminant a les Torretes

El nostre passeig de 5 km comença a l'hotel i discorre pel sender pla de la costa. Caminarem cap a la primera línia de platja i allà gaudirem d'una classe completa de ioga d'1h amb el nostre professor sota el far. Després d'uns 600m molt fàcils, caminem cap a l'interior fins al far de Calella i les històriques torres de vigilància (torres de telegrafia òptica per a ús civil), amb fantàstiques vistes sobre el mar i Barcelona en la distància. Seguim caminant fins a l'hotel.



### **Dia 3. Ioga entre vinyes a Alta**

Connecta amb el teu cos i la teva ment amb una sessió de ioga en un espai privilegiat: entre vinyes, amb vistes al mar i en plena serra del Parc Natural de la Marina. Després de la pràctica, gaudirem d'uns aperitius típics de la regió a la terrassa i d'un tast de la seva millor selecció de vins de producció pròpia.



### **Dia 4. Dia de lleure**

Avui no hi ha cap excursió prevista, però hi ha moltes coses a veure i fer per gaudir del dia: relaxar-se en una de les piscines de l'hotel, gaudir del nostre espai de benestar amb un massatge excepcional, anar a la platja o visitar les ciutats del voltant en tren.

### **Dia 5. Visita a Barcelona - dia complet**

Visita panoràmica de la capital catalana, Barcelona. Passeig pel centre de la ciutat a peu per veure els millors edificis de Gaudí i el modernisme al llarg del Passeig de Gràcia i les Rambles. Visita a "La boqueria", el mercat de menjar culer artesanal de Barcelona.

A la tarda retorn a Calella. Aquesta excursió és guiada pel seu guia.



## **Dia 6. TEMPLE DE LA NATURA - RETIR ESPIRITUAL**

Retir espiritual al bosc de Palafolls (10h-18h). Programa del dia: loga Integral, Pranayama, Moviment i respiració conscient. Tindrem una pausa per menjar (menú mindful eating), temps en cercle, tallers d'escolta al bosc, temps en cercle, foc i sesion de clausura.

Tot aquest dia ho passarem al mig del bosc, envoltats de natura.



## **Dia 7 Fi del viatge**

Després d'una setmana de connexió amb els nostres cossos i ments i amb la natura, és hora de tornar a casa.

## **Allotjament**

Neptuno Hotel & SPA a Calella: <https://www.hotelneptuno.com/ca>



Veieu la galeria de fotos aquí <https://www.hotelneptuno.com/ca/galeria/>



Sant Josep 84, 08370, Calella, Espanya  
Tel +34 93 769 03 11 | [booking@hotelneptuno.com](mailto:booking@hotelneptuno.com)  
[HOTELNEPTUNO.COM](https://www.hotelneptuno.com)