

# Come, Reza, Ama

## FLORENCIA, SRI LANKA, BALI

### Itinerario

Día 1	ESPAÑA / FLORENCIA	Precio por Persona y Categoría
-------	--------------------	--------------------------------

En sábado, salida en vuelo desde España con destino a Florencia. Llegada al aeropuerto y traslado privado al hotel. Tiempo para acomodarse y ubicarse en los alrededores. Florencia y su gente te darán la bienvenida en esta primera etapa de desconexión. Serán 2 semanas en las que se disfrutará del arte y la gastronomía.

### Día 2 - 14 FLORENCIA

Durante estos días, el alojamiento será en un céntrico hotel con desayunos incluidos. Por las mañanas, de lunes a viernes se asistirá a un curso de cocina Italiana para conocer los secretos de la auténtica pasta y otras recetas tradicionales. La escuela, de carácter familiar y con alumnos de diferentes nacionalidades, está situada a 10 minutos de agradable paseo desde el hotel. Tanto las tardes como los fines de semana estarán disponibles para explorar esta legendaria ciudad o realizar algunas excursiones a la bella región de la Toscana así como descubrir su fascinante gastronomía. Florencia, la capital de la Toscana, es considerada como la Cuna del Renacimiento: un verdadero epicentro de la cultura, la arquitectura y el arte, declarada Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO. La Galería Uffizi alberga obras maestras como "El Nacimiento de Venus" o "La Primavera" de Botticelli, y la Galería de la Academia de Florencia, el "David" de Miguel Ángel. En el centro histórico encontrarás la impresionante Catedral de Santa María del Fiore, y el Campanario de Giotto, donde tendrás unas vistas de 360° de la ciudad. El Mercado Central de Florencia es una parada obligatoria que cuenta con infinidad de productos frescos y se pueden degustar desde su famoso lampredotto, pasta fresca, gelattos o un bistec a la florentina.

### Día 15 FLORENCIA- SRI LANKA

Por la mañana salida en tren directo desde el centro de Florencia al aeropuerto de Roma, para embarcar en vuelo destino a Colombo, capital de Sri Lanka.

### Día 16 SRI LANKA

Llegada a Colombo y traslado privado por carretera hasta el que será el hotel de las próximas 2 semanas. El alojamiento es un santuario de retiro situado en el sur del país, con una ubicación privilegiada junto al mar y con una extensa playa ideal para encontrar la paz interior.

### Día 17 - 28 SRI LANKA / RETIRO

Durante estos días de estancia en el santuario de bienestar se incluyen diferentes elementos y actividades que ayudarán a encontrar el balance físico y mental. La dieta de pensión completa incluida durante toda la estancia será ayurvédica, personalizada y asesorada por un doctor residente con consultas privadas. Además se incluyen 3 tratamientos (masajes) diarios ayurvédicos para el cuerpo, 2 clases privadas de yoga y clases grupales diarias por la mañana y tarde. También se realizarán 3 sesiones de acupuntura y varias sesiones de meditación dirigidas por monjes budistas.

### Día 29 SRI LANKA - BALI

Por la tarde traslado privado hasta el aeropuerto de Colombo para embarcar en vuelo nocturno con destino a Bali.

### Día 30 BALI

Llegada al aeropuerto de Denpasar y traslado privado hasta el pueblo de Ubud donde se encuentra el alojamiento seleccionado. Un precioso hotel con encanto en el que sus amables empleados harán que te sientas como en casa. Bali será el lugar perfecto para que

transcurra esta última etapa del viaje en la que se sentirá la evolución del cuerpo y alma. Además la autenticidad de la isla, su gente y los preciosos rincones harán que se disfrute Bali de una forma muy especial.

## **Día 31 - BALI / UBUD 42**

El acogedor hotel incluirá desayunos diarios que se sirven en una fantástica terraza contemplando vistas a los arrozales. Los días de entre semana comenzarán con una clase de yoga o Pilates. El resto del día, y los fines de semana se destinarán al descanso y a realizar visitas incluidas de los puntos mas interesantes de Bali como ( Tirta Empur, Pura Luhur Lempuyang, Pura Ulun Danu Bratan, Uluwatu Temple, Jimbaran, Seminyak, Nusa Dua, Tegallalang Rice Terrace o Jatiluwih Rice Terraces ). También se ofrecerá la posibilidad de realizar alguna actividad sostenible que ayude a paliar las diferencias sociales que existen en nuestras sociedades o el cuidado de nuestro planeta.

## **Día 43 BALI / ESPAÑA**

Finaliza esta fantástica experiencia que seguro marcará el inicio del camino hacia una vida mas plena y bonita de quien la realice. Por la tarde noche, traslado privado al aeropuerto para embarcar en vuelo con destino a España.

## **Día 44 ESPAÑA**

Llegada a España y fin de los servicios. Namaste !!!