



# **Semana Santa en la playa en la Reserva Natural Eco Finca Pajarito (Montería, Córdoba)**

2020

---

Vacaciones para todos rodeados por la naturaleza, yoga, meditación, alimentación sana y buena compañía.



## Jungle YOGA & Vegan Food Beach Vacation

# Qué es Jungle Yoga & Vegan Food Beach Vacation?

---

Esta inmersión de 5 días y 4 noches, en la reserva natural, tiene como objetivo dar a sus asistentes una experiencia única. Donde se juntan un hermoso mar con este extenso terreno lleno de flora y fauna, tenemos en el medio de estos imponente escenarios naturales, unas cabañas refrescadas por la brisa y sonido mar, que nos recuerdan lo valioso de apreciar la simpleza de la vida. Tenemos acomodaciones para cama sencilla, doble, o cabañas familiares. Cada cabaña tiene su baño privado, los cuales son hechos de manera rustica y nos permiten contemplar el azul del cielo y ver los pájaros al volar. En la playa se puede disfrutar de siestas o lecturas en hamacas, fogatas y en general juegos o baños de sol. Contaremos con un SPA para masaje de relajación y tratamientos de belleza. En la reserva natural aparte de nuestro programa de alimentación saludable, yoga y meditación, tendremos caminatas por la reserva para la observación de preciosos árboles! Además de la compañía de osos perezoso, monos aulladores, mariposas, insectos y pájaros. Para las caminatas con niños tenemos unos burritos que nos acompañan donde les es más placido el paseo.



## ¿Cómo llego a la Ecofinca Pajarito?

---

Las personas deben comprar sus tiquetes de la siguiente manera:

-De ida a Montería en horas de la mañana antes de las 10 am

-De regreso a su ciudad de destino en la tarde, importante que sea después de las 4 pm y no antes.

En el punto de encuentro de Montería una camioneta amplia totalmente equipado con aire acondicionado los llevara hasta la playa, el precio de este transporte es de 300 mil pesos ida y otros 300 de regreso, el cual se divide entre el número de personas que vayan en ese grupo (4 o 5) . *ESTE TRANSPORTE NO VA INCLUIDO EN EL PRECIO.*

*(Se darán mayores indicaciones por correo a las personas que lleguen hasta Montería por tierra).*



## Itinerario:

Al llegar a la playa de Rio Cedro los esperamos con una bebida refrescante. Para llegar a la Eco finca pajarito hay dos opciones, en moto son 10 minutos o caminando por la playa hasta la reserva hay 30 minutos bordeando el mar. Disfrutando de una fantástica vista todo el tiempo bajo la sombra de los arboles!

Todas las pertenencia personales son trasportadas en moto, este valor sí está incluido dentro del plan, es cuestión de avisar que prefieren, si caminata o moto .

## Niños:

Para las familias que vengan con niños, les tendremos actividades de yoga kids y artísticas.

**(Recomendamos no traer aparatos electrónicos)**

*-Al ser una reserva natural recomendamos consultar con sus pediatras y tener mucha precaución de las picaduras de anianimales e insectos.*



## Día 1

Después de medio día

Al llegar a la eco finca pajarito, los recibimos con su primera alimentación que es un delicioso almuerzo típico de la región, con pescado. La alimentación estará basada en una dieta vegetariana, quien desee consumir proteína animal debe avisar.

Entrega de las habitaciones. Tienen toda la tarde para refrescarse en el mar.

5 pm Meditación y clase de yoga

8 pm Cena

9 pm Juegos de Mesa.

Día 2

6 30 am Meditación & Pranayamas  
YOGA Skanda

8 am Desayuno

Tiempo Libre

12 30 pm Charla Introducción a la alimentación saludable

1 pm Almuerzo

Tiempo libre

5 pm Meditación y Yoga

7 pm Cena

9 pm Actividades



Día 3

7 am Kundalini

8 30 am desayuno

9 30 am Caminata (Mindfulness) con guía por la reserva

11 30 refrigerio

1 30 Almuerzo

Tiempo libre

5 pm Meditación

7 pm Cena

9 pm Música





Día 4

6 30 am Mantras para la prosperidad y el amor - Hatha  
Yoga

8 30 am Desayuno

11 am Charla Wellness (Tu Alimento, Tu Medicina)

1 pm almuerzo.

Tiempo libre

5 pm Meditación y Tratak

7 pm Ritual de fuego

8 30 pm Cena en la playa

Música y Baile guiado





Día 5

8 am Desayuno

9 30 am Ceremonia de cierre

11 am Snack

Entrega de material escrito con todas las recetas y sugerencias del taller.

12 pm Comenzamos salida hacia Rio cedro en las motos donde están las camionetas esperando por ustedes para Montería.

Les recomendamos tomar Tiamina, (complejo B) con dos semanas mínimo antes del viaje. Les recomendamos tener todas las precauciones y cuidados para picaduras de mosquitos e insectos. Llevar consigo tus medicamentos personales y linternas y abanico de mano. Llevar ropa fresca pero que cubra piernas y brazos para las horas de insectos, bloqueador, desloratadina, sombrero, menticol, anti-mosquitos natural preferiblemente.

Llevar zapatos cómodos propicios para caminar, libros para leer, solo llevar lo necesario, abstenerse de llevar maletas grandes o equipaje aparatoso. Recuerde que es un lugar natural, donde la paz y armonía son los protagonistas. No tenemos espejos, no wifi, hay poca luz eléctrica y esto hace que volvamos al silencio natural o las charlas interpersonales espontaneas, sea siempre amable y receptor a estos tiempos de interacción orgánicos. Si desea hacer voto de silencio, deberá avisar para entregarle su botón.



La eco finca Pajarito estará muy complacido de tenerlo como visitante, le recomendamos no consumir bebidas alcohólicas, no fumar en áreas sociales ni en las cabañas. Tener mucho cuidado con su basura, con los alimentos que puedan invitar a los animales a acercarse a los entornos sociales. Es importante ahorrar el agua, y depositar los papeles higiénicos siempre en la caneca.

Para nuestros servicios de masajes y tratamientos de belleza recomendamos programar con tiempo su cita, la cual se llevará a cabo durante los tiempos libres dentro del itinerario.

Los precios para las terapias o masajes se encuentran entre los 40 y los 120 mil pesos, los cuales no están incluidos.





Costo Inmersión      \$1.650.000

Para más información comunicarse con nosotros  
a los siguientes números:

-Paula Matura

Cel: + 57 318 569 6099

Whats Up: +1 646 309 5435

-Juan David Londoño:

321 498 5813

O escribenos al correo:

[info@conexionmatura.com](mailto:info@conexionmatura.com)