

O que é a Rota do Bem-Estar?

A Rota do Bem-Estar Edição Bananeiras é um evento único que proporciona aos participantes uma experiência multissensorial visando o equilíbrio do corpo, mente, alma, emoções e ambiente oferecendo:



- Hospedagem num hotel com conforto, charme e excelência de serviços.
- Contato com a natureza exuberante do brejo da Paraíba
- Alimentação saudável incluindo 8 refeições
- Assessoramento de um time seleta de profissionais de saúde e qualidade de vida
- Atividades físicas, vivências e palestras
- Massagens e área de relax
- Beleza e estética
- Arte e Cultura
- Integração social e entretenimento
- Jantar show dançante de tangos e boleros
- Passeios turísticos conhecendo os encantos da cidade
- Oficinas de plantio de horta
- Degustação de café orgânico
- E muito mais para o seu bem- estar e qualidade de vida!

Qual será a programação da Rota do Bem Estar Edição Bananeiras?



ROTA DO BEM-ESTAR

02 e 03 de maio Serra Golfe Apart Hotel Bananeiras PB

DATA	HORÁRIO INICIO	HORÁRIO FIM	DURAÇÃO	ACTIVIDADE
02 de maio	10.00	10.30	30 min	Check in e guarda de bagagem
	10.30	11.00	30 min	Chá de Boas vindas Apresentação do evento, programação, staff e profissionais
	11.15	11.30	15 min	Alongamento e integração
	11.45	12.00	15 min	Palestra "Habitos para uma Alimentação saudável"
	12.00	12.30	30 min	Oficina "Preparando alimentos para o nosso lanche"
	12.30	13.30	1 hora	Almoço Nutritivo e Energético
	13.30	14.30	1 hora	Tempo livre
	14.30	15.15	45 min	Arte Terapia
	15.15	16.00	45 min	Palestra "Mente, emoções e corpo" Terapia Ocupacional e cuidados
	16.15	16.30	15 min	Lanche da tarde
	16.45	17.15	30 min	Exposição e Palestra História e cultura de Bananeiras
	17.15	17.45	30 min	Atividade Física
	17.45	20.30	2.45 min	Tempo livre
20.30	22.00	1.30 horas	Jantar com Show de Tangos e Boleros com cantora e casal de dançarinos	

ROTA DO BEM-ESTAR

02 e 03 de maio Serra Golfe Apart Hotel Bananeiras PB

DATA	HORÁRIO INÍCIO	HORÁRIO FIM	DURAÇÃO	ACTIVIDADE
03 de maio	7.00	8.00	1 hora	Café da Manhã
	8.00	9.00	1 hora	Aula de dança
	9.00	9.30	30 min	Aula de Yoga
	9.30	10.00	30 min	Lanche da manhã
	10.00	11.00	1 hora	Tempo livre
	11.00	11.30	30 min	Palestra: Feng Shui: Como criar ambientes saudáveis?
	11.30	12.00	30 min	Prática Reflexologia e automassagem
	12.00	12.15	15 min	Check out do Hotel
	12.15	12.30	15 min	Translado Serra Golfe Apart Hotel - Vila dos Cocos
	12.30	13.30	1 hora	Almoço Nutritivo e Energético
	13.30	14.15	45 min	Palestra , degustação e visita na plantação de café: Café orgânico
	14.15	14.30	15 min	Translado Vila dos Cocos - UFPB
	14.30	15.15	45 min	Palestra e visita: Como cultivar uma horta orgânica
	15.15	15.30	15 min	Translado UFPB - Terraço Lisboa
	15.30	16.30	1 hora	Café da tarde Momento para compartilhar experiências, agradecimentos, entrega de brindes e encerramento do evento
16.30	17.30	1 hora	City Tour por Bananeiras	

Haverá também para você desfrutar e usufruir:

- ✓ Serviços de Massagens: sessão breve de massagem (inclusa no pacote) e diversos tipos de massagens opcionais
- ✓ Serviço de Reflexologia (opcional)
- ✓ Assessoramento personalizado dos profissionais

- ✓ Tratamentos de Estética e beleza a disposição
- ✓ Ambientes pensados desde a Aromaterapia e Cromoterapia
- ✓ Sala "Seu momento" com ambientação especial, livros e música ambiente (acesso livre)
- ✓ Exposição fotográfica "Conhecendo um pouco de Bananeiras e a sua história" (acesso livre)
- ✓ Sala de jogos e entretenimento: baralho, domino, etc



Como adquirir o meu Pacote Rota do Bem-Estar? (*)

O participante pode escolher entre 4 opções de pacotes Rota do Bem-Estar dependendo se o quarto for Triplo Compartilhado, Duplo Privativo ou Single Privativo. Tendo ainda a opção sem hospedagem. Os valores são os seguintes podendo ainda fazer o pagamento a vista ou parcelado no cartão até 3 vezes.

Pacote	Hospedagem	A vista	No cartão
Pacote 1	Triplo Compartilhado	R\$ 485	3x R\$175
Pacote 2	Duplo Privativo	R\$ 585	3x R\$195
Pacote 3	Single Privativo	R\$ 685	3x R\$250
Pacote 4	Sem hospedagem	R\$ 385	3x R\$140

(*) O valor é individual. **O transporte é opcional no valor de R\$70, não incluso no pacote.** Mais informações em nossas redes sociais.

Como nos contatar?



Facebook: /entrenarotadobemestar

Instagram: @rotadobemestar

Email: rotadobemestar@gmail.com

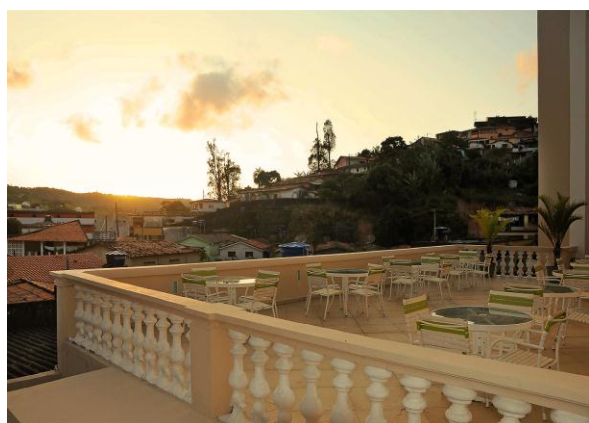
Telefones:

(83) 998314329 Patricia Gigliola

(83) 986158110 Evangelina Etchebest

O Serra Golfe Hotel modernamente instalado num desses casarões é hoje um dos equipamentos turísticos mais importantes da região pensados para o maior conforto e relaxamento do hóspede.

- ✓ Hotel com acessibilidade
- ✓ Restaurante Sabor da Serra
- ✓ 55 apartamentos
- ✓ Salão de eventos
- ✓ Terraço com ampla vista para a cidade de Bananeiras
- ✓ Ambiente para leitura e jogos
- ✓ Piscina térmica
- ✓ Lounge para relax
- ✓ Elevador
- ✓ Estacionamento
- ✓ Internet e outros ítems

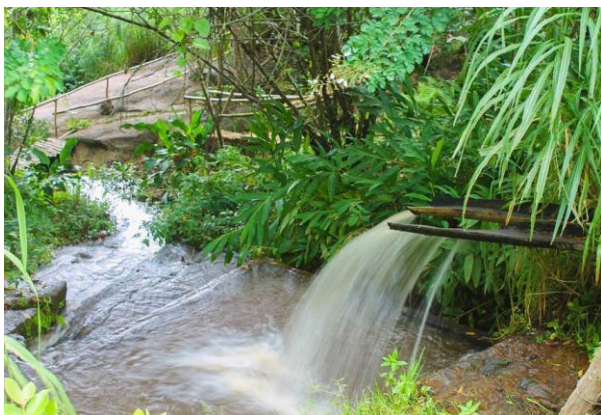


O Terraço Lisboa Bistrô & Café é uma das propostas gastronômicas mais charmosa e deliciosa da cidade de Bananeiras. Junta a arte de cozinhar com o prazer de receber amigos, para uma boa conversa, boa comida e boa bebida em um ambiente simples, aconchegante e cheio de estilo que preza pela sustentabilidade e a valorização das pessoas, produtos e cultura da região e ainda conta com a melhor vista de bananeiras com um delicioso clima de serra. Desfrutaremos aqui de um maravilhoso jantar com pratos típicos da região comandados pela chef Neide Lisboa e um exclusivo Show de Tangos e Boleros com cantora argentina Evangelina Etchebest e casal de dançarinos, Cleweson Santos e Hercília Araújo. Compartilharemos uma noite super especial!



A Bica dos Cocos Bar e Restaurante Rural é um local encantador, silencioso e tranquilo que fica na zona rural de Bananeiras. O ambiente é belo e cercado de verde, com fontes de água claras e cristalinas, pontes rústicas possibilitam a travessia das águas, formando uma espécie de mirante com visão geral das diversas quedas de águas, oferecendo uma bela visão da natureza. Ideal para relaxar, descansar e se refrescar.

A natureza exuberante do rio Bananeiras que nasce na mata da Universidade Federal da Paraíba – UFPB, levando água em correnteza até a Bica dos Cocos, dá a segurança que o turista precisa para o seu lazer. Passar um dia aproveitando esse pedaço de chão, longe da poluição dos grandes centros urbanos é, sem dúvida, uma oportunidade perfeita e harmoniosa.



Tudo é bem aconchegante. O visitante pode saborear a tradicional galinha de capoeira, acompanhada do pirão, molho pardo, arroz da terra, macaxeira e feijão verde. A decoração conta com a ajuda da mãe natureza e você poderá descansar em apassíveis redes de dormir, armadas entre as mesas rústicas em meio às plantas, frutos e flores do terreno que compõem o complexo do Sítio Cocos. Visitaremos as recentes plantações de café orgânico junto à palestra e degustação de um bom café a cargo de um especialista em café.