



EXPEDIÇÃO Vida

- 25 A 30 DE JANEIRO -
NA CHAPADA DIAMANTINA

Parceiros:



Vida

Cuidado com pessoas

Quando pensamos Medicina, associamos à doença. Na **Expedição Vida** iremos mudar esse olhar, ressignificando o para saúde, prevenção e Bem-Viver.

Faremos um atendimento voluntário à população local, com a doutora em cardiologia e médica do **Estilo de Vida** *Cibelle Magalhães* e a nutricionista *Camila Lopes*.

Serão compartilhados saberes para construção de hábitos mais saudáveis, a partir dos pilares da **Medicina do Estilo de Vida**.

Buscaremos alcançar a vida que desejamos e merecemos: mais longa, com mais qualidade e mais **FELICIDADE!**

Conexão

Quem somos:



Cibelle Magalhães

Médica Cardiologista
Montanhista
Fundadora da
Backyard

Camila Lopes

Nutricionista
Condutora de turismo
Terapeuta
Thetahealing.



Os 6 pilares + 1 da vida com qualidade:



+ contato com a **natureza!**



Dia de atendimento voluntário

1 stand para cada um dos Pilares:

- Alimentação e os sabores ancestrais;
- Medicina natural e o poder das plantas;
- Prática integrativa: ioga e acupuntura;
- Ensinar é que se aprende - oficina para as crianças;
- Vivências e histórias - saúde mental;
- A criança que há em nós - atividades lúdicas;
- Atendimento médico voluntário

Programação:

DIA 1

- 08:00 Encontro no chalé com lanche (bolos e frutas) e roda de conversa
- 09:00 Manhã livre
- 12:00 Almoço nos chalés
- 15:30 Prática de yoga
- 16:30 Pôr do Sol no Rio Serrano
- 20:00 Jantar nos chalés

DIA 2

- 07:00 Café da manhã nos chalés
- 08:30 Trilha Ribeirão do Meio
- 12:30 Almoço na Vila
- 15:30 Prática de yoga
- 16:30 Passeio histórico-cultural com nativa da cidade
- Noite Livre*

DIA 3

- 06:00 Prática de yoga
- 08:30 Café da manhã em lugar especial
- 10:00 Poço do Diabo
- 12:00 Almoço na Lila Orquidário
- 16:40 Morro do Pai Inácio
- 20:00 Jantar no Chalé

DIA 4

- 07:00 Café da manhã nos chalés
- 08:30 *PROGRAMAÇÃO ESPECIAL*
- 12:00 Almoço na Vila
- 14:00 *PROGRAMAÇÃO ESPECIAL*

DIA 5

- 06:00 Café da manhã nos chalés
- 06:40 Partida para o Vale do Capão
- 07:40 Trilha da Cachoeira da Fumaça
- 12:00 Almoço na Vila
- 16:30 Pôr do Sol no Riachinho
- 20:00 Jantar em casa

DIA 6

- 9 - 11h *ENCERRAMENTO & BRUNCH*
- 11:30 Livre para compras na Vila
- 13:00 Retorno à Lençóis



Investimento:

Total: R\$ 4.350,00

Formas de pagamento:

- Entrada de 20% (R\$ 870) na reserva e restante (R\$ 3480) poderá ser parcelado em até 5x vezes via PicPay (com juros da operadora)
- À vista (Pix ou Transferência Bancária) com **5% desconto** (R\$ 4.132,00)

A contratante se não preocupará, apenas em se divertir e vivenciar momentos inesquecíveis.

Quem conhece o Elas na Montanha e o Vale do Pati BR, sabe que hospedagens e refeições são de alto padrão de qualidade, estética e afeto, para garantir uma experiência inesquecível em mínimos detalhes.

Ponto de encontro:

Chalé dos Lençóis
(@chaledelencois)

Chegada a Lençóis: carro, ônibus ou avião (Aeroporto de Salvador + ônibus/transfer a ser contratado à parte)

Política de cancelamento

De acordo com a normativa nº 161 de 1985 da Embratur, será aplicada a seguinte política:

- 90% de devolução até 31 dias do início da viagem.
- 80% de devolução de 21 a 30 dias do início da viagem.
- 50% de devolução de 15 a 20 dias do início da viagem.
- 20% de devolução de 15 a 7 dias do início da viagem.

A menos de 7 dias do início da viagem: **SEM DEVOLUÇÃO.**

O **não comparecimento** para o início da expedição implicará na **perda do valor total pago.** O passageiro que optar por hospedagem/passeios não inclusos assumirá suas despesas.

INFORMAÇÕES IMPORTANTES:

Inclusos no pacote:

- **Guia Mulheres;**
- **Alimentação completa:** baseada em vegetais. Contemplamos dietas vegetarianas, veganas e dietas especiais (intolerâncias);
- **Hospedagem**
 - Chalé de Lençóis (@chalesdelencois): chalé rústico com conforto (wifi, ar-condicionado, chuveiro pressurizado, smart TV);
- Quartos compartilhados;
 - Com roupa de cama e material para banho;
 - Sinal de celular e cobertura de Internet;
- **Transporte nos dias do evento;**
- **Guias e tickets dos passeios programados;**
- **Registro fotográfico e audiovisual:** profissional para registrar momentos em foto e vídeo, enviados às participantes por link;
- **Práticas diárias:** meditação e yoga.

Não incluso no pacote:

- Equipamento pessoal;
- Carregadores de mochila;
- Hospedagem fora dos dias da vivência;
- Chegada e saída de Lençóis.

A VIDA TE ESPERA NA

Chapada Diamantina

CLIQUE AQUI E SE INSCREVA

SEJA BEM-VINDA!

Contatos:

@elas.namontanha |
www.elasnamontanha.com.br
12 99620-4030 (whatsapp)



CNPJ 48.811.516/0001-42