



  
WELLNESSING  
*getaway*

  
CASAVELAS.  
PUERTO VALLARTA



 **lululemon**

 VELAS RESORTS.  
MÉXICO

THE MOST *exquisite* RESORTS IN THE WORLD.

[velasresorts.com](http://velasresorts.com)



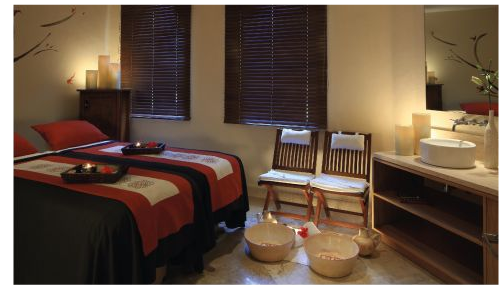


## WELLNESSING *getaway*

Disfruta un evento de bienestar con actividades y talleres para revitalizar tu cuerpo en un entorno que resalta la belleza natural de México, dirigido por expertos en este estilo de vida, preparados para llevarte a un viaje holístico y restablecer la conexión con tu ser interior.

*Enjoy a wellness event with workshops and activities to revitalize your body in a setting that enhances Mexico's natural beauty, guided by experts in this lifestyle, prepared to take you on this holistic journey and reconnect with your inner self.*

## CASA VELAS



La experiencia de bienestar en este hotel boutique solo para adultos será sinónimo de perfección y descanso, tal como lo sugiere la recomendación de Forbes Travel Guide con 4 Estrellas y la Asociación Automovilística Americana, la cual ha otorgado 4 Diamantes a esta propiedad. Entre sus exuberantes jardines, la relajación balanceará tu energía para sentir esa renovación que necesitas; y en ABJA Spa complementarás a la perfección con tratamientos y masajes.

*The wellness experience at this adults-only boutique hotel equals perfection and relaxation, as recognized with 4 Stars by the Forbes Travel Guide and 4 Diamonds by the American Automobile Association. Amidst its lush gardens, relaxation will balance your energy to feel the renewal you need; and ABJA Spa will perfectly complement it with massages and treatments.*



## AGENDA

### 6 de junio | *June 6th*

---

- **Conferencia: ¿Cómo influyen las emociones en nuestra salud?**  
*Conference: How do emotions affect our health?*  
Paola Shape  
5:00 p.m. - Salón | *Ballroom*

### 7 de junio | *June 7th*

---

- **Yoga + Sonoterapia**  
*Yoga + Sound therapy*  
8:30 a.m. - Playa | *Beach*
- **Crea tu propio chai | *Create your own chai***  
Olivia Medina  
12:00 p.m.  
Suite Presidencial | *Presidential Suite*
- **Taller de pocimas de sueño**  
*Sleep potion workshop*  
6:30 p.m.  
Jardín botánico | *Botanical garden*

### 8 de junio | *June 8th*

---

- **Terapia de arte huichol**  
*Huichol art therapy*  
10:00 a.m.  
Suite Presidencial | *Presidential Suite*
- **Clase de cocina | *Cooking class***  
Chef Yogui  
12:00 p.m. - Táu Beach Club
- **Meditación en movimiento**  
*Movement meditation*  
Ana Paula  
7:30 p.m.  
Jardín frente al salón  
*Garden in front of the ballroom*

### 9 de junio | *June 9th*

---

- **Taller de atrapasueños**  
*Dreamcatcher workshop*  
9:00 a.m.  
Terraza del gimnasio | *Gym terrace*







WELLNESSING  
*getaway*



THE MOST *exquisite* RESORTS IN THE WORLD.

[velasresorts.com](http://velasresorts.com)

