

SHINRIN-YOKU JAPÓ

UN VIATGE DE CREIXEMENT PERSONAL

VIATGE AL JAPÓ

AL BRESSOL DELS BANYS DE BOSC (SHINRIN-YOKU)



*Un viatge de creixement personal i cultural
per reconnectar amb la naturalesa i
l'essència de cadascú.*



Del 25 d'octubre al 3 de novembre de 2019



www.japo.cat



@JAPOPUNTCAT



@Japó.Cat

25/10/2019
BARCELONA – TOKYO

Sortida des de l'aeroport del Prat de Barcelona en vol regular, escala a capital europea i nit a bord.

26/10/2019
TOKYO

Arribada a Tokyo, rebuda del guia local de parla espanyola i trasllat amb autocar privat fins a l'hotel. Explicació de tot el recorregut per part del guia i allotjament.

27/10/2019
TOKYO

Esmorzar a l'hotel i visita amb el guia de parla espanyola a la ciutat. Durant aquest dia, visitarem el districte d'Asakusa on veurem el Temple Budista Kannon (Senso-ji), considerat el temple més antic de Tokio. Ginza, la zona més elitista de la ciutat. Akihabara, el barri de l'electrònica per excel·lència. Harajuku, conegut com el barri vanguardista de Tokyo. Shibuya amb el seu famós pas de vianants. El Parc Yoyogi i el Santuari Shintoista Meiji. Dinar inclòs durant la visita.

28/10/2019
TOKYO - AKASAWA

Esmorzar a l'hotel i sortida amb autocar privat fins a Akasawa, una de les zones de bosc amb arbres de més de 300 anys que és coneguda per ser el lloc de naixement de les caminades pel bosc com a teràpia. Allotjament

29-30-31/10/2019
AKASAWA

Durant aquests tres dies d'estada al bosc d'Akasawa, realitzarem diferents banys de bosc amb l'Albert.

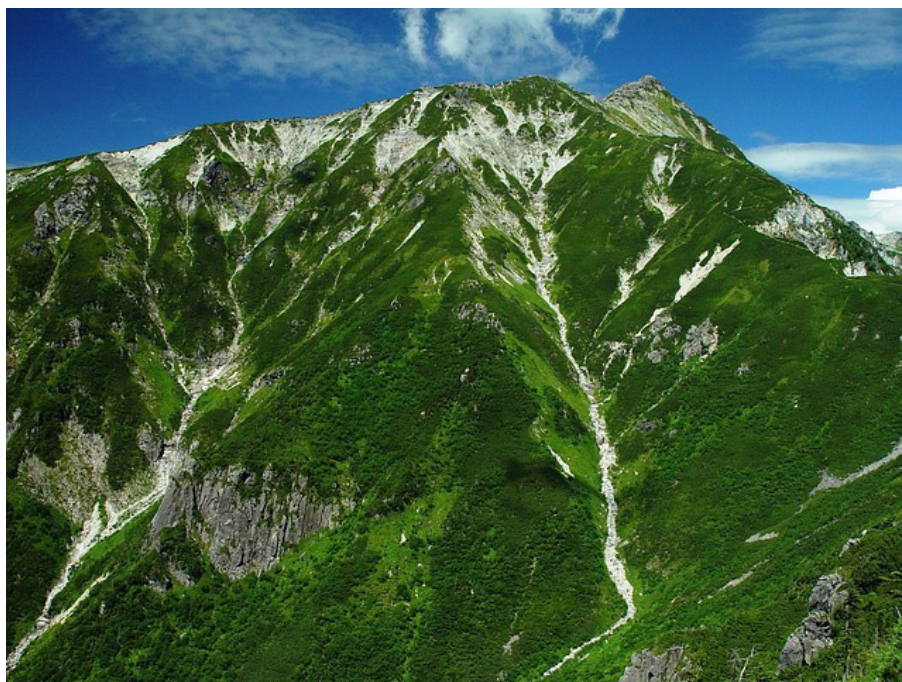


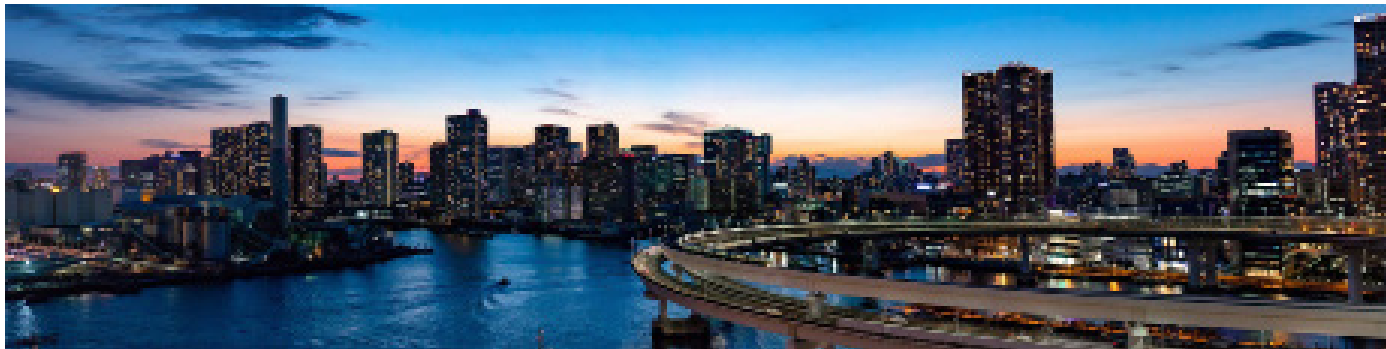
Reconnectarem amb la naturalesa recordant que nosaltres també som essers naturals i que formem part d'ella. Realitzarem senzills y molt eficaços exercicis que ens ajudaran a estimular els cinc sentits per permetre que la connexió i immersió al bosc sigui del tot profitosa per la nostra ment i cos. Desvetllarem la creativitat i utilitzarem el paisatge i els seus elements com a mirall per realitzar propostes de creixement i coneixament personal.

També hi haurà espais per practicar la meditació, estats de presència conscient, i reflexionarem sobre com poder dur aquestes actituds y aptituds al nostre dia a dia. Esmorzar i sopar inclòs durant els tres dies.

01/11/2019
AKASAWA - GERO

Esmorzar a l'hotel i sortida amb autocar privat a Gero, també coneguda com la ciutat de la salut pels seus onsen (banys





tradicionals d'aigües termals d'origen volcànic), la seva naturalesa salvatge, els seus rius i les vistes a la muntanya. Ens allotjarem en un Ryokan, allotjament típic japonès on també podreu gaudir dels seus onsens. Sopar inclòs.

02/11/2019
GERO - TOKYO

Esmorzar a l'hotel i sortida amb autocar privat a Tokyo. Dia lliure a la ciutat.

03/11/2019
TOKYO

Esmorzar a l'hotel i sortida amb autocar privat fins a l'aeroport per agafar el vol de tornada a Barcelona.

VOLS

Sortida des de l'aeroport del Prat de Barcelona amb vol regular i escala a capital europea.

ALLOTJAMENT

TOKYO: HOTEL DORMY INN
PREMIUM KANDA
<https://www.hotespa.net/hotels/kanda>

AKASAWA: HOTEL KYORAY
<http://www.kyoray.net/>

GERO: RYOKAN GERORYAMAGATAYA
<http://www.geroyamagataya.com/en/>

PREU

- Preu per persona en base a habitació doble: 3.100€
- Suplement habitació individual: 500€
- Mínim 10 persones.

INCLOU

- Vol Barcelona-Tokyo-Barcelona en línia regular i escala a capital europea.
- Trasllat amb autocar privat aeroport-hotel-aeroport.
- Acompanyament des de Barcelona amb Albert Vives, guia de banys de bosc.
- Guia local de parla espanyola durant tot el viatge.
- Activitats de bany de bosc amb Albert Vives.
- Hotels proposats o similars amb esmorzar.
- 1 nit al Ryokan.
- Entrada als banys termals.
- 1 dinar i 4 sopars.
- Trasllat durant tot el recorregut amb autocar privat.
- Assegurança bàsica de viatge.

ORGANITZACIÓ Y COL.LABORACIÓ

Aquest viatge, organitzat per l'agència de viatges especialitzada amb el país nipó -Japo.cat i en aquest cas amb la col.laboració de l'Albert Vives, que viu al Baix Montseny, entre muntanyes, d'aquí li neix el seu amor envers la naturalesa.

Des de la seva joventut que ha sentit interès per la espiritualitat no religiosa i enfocada al Ser tot practicant la meditació i l'acceptació.

Es cocreador del projecte Amorseny nascut amb el propòsit de realitzar retirs, kirtans, tallers, sortides a la naturalesa i altres trobades amb l'objectiu d'apropar a les persones la connexió amb la presència i la naturalesa des de diferents propostes: banys de bosc, art i creativitat, música, mantres, tallers i conferències sobre la relació de les emocions, pensaments, creences i la vida.

Actualment es dedica a l'acompanyament en Bioneuroemoció (la cerca del factor emocional en els símptomes) a títol personal i també en col.laboració al projecte Biodiana, del qual n'és membre des de la primavera de 2019.

