



GLOBAL WELLNESS DAY

"Un día, puede cambiar toda tu vida!"

Costa Rica



8 de junio, 2019

Organizan:



Invitan:



Información:
laura.barranthersrequeno@globalwellnessday.org
gwdcostarica@gmail.com

Busque el cronograma de actividades más cercano a su comunidad

/Global-Wellness-Day-Costa-Rica

08 DE JUNIO,
2019

PARQUE
NACIONAL, SJ

PROGRAMA
SAN JOSÉ

GLOBAL
WELLNESS
DAY®



INSTITUTO
COSTARRICENSE DE
TURISMO

Wellness &
Costa Rica
Asociación Costarricense de Turismo de Bienestar

8:00-8:30 am

Inauguración
Palabras de apertura



8:30-9:30 am

Yoga para principiantes con
Jerusa Alvarado



09:30- 10:15 am

Terapia de Bosque
Manuela Siegfried



10:20- 11:20 am

Tu Zona Azul
Dr. Esteban Andrejuk



11:25- 12:25 pm

Psicología de la alimentación
Licda. Melissa Mora



12:30- 13:30 pm

Terapia física como herramienta para el
bienestar Lic. Francisco Vindas
Salud y Bienestar Aceites Doterra Sra. Ana Arias



13:30 - 14:00 pm

Alcance de la promoción de la salud
Dr. Jaime Rumoroso

14:00 pm

Actividad de cierre
Costa Rica Azul

Costa Rica
Azul.com

