



AVENTURA - RETIRO CAMINANDO - AUSTRIA

CAMINO [DEL HÉROE]

DE SANTIAGO

8-16 SEPTIEMBRE 2023

Actividad organizada por
Marco Silva Coaching
colaboración
Jagged Horizons



Marco Silva
Coaching



JAGGED HORIZONS





INTRO

¿Sabías que...

... **El Camino de Santiago** formó la Europa de los siglos XI, XII y XIII, posibilitando el tránsito y intercambio de mercancías y culturas, conectando los países de todo el viejo continente a lo largo de infinitas rutas que terminan en Santiago de Compostela y más allá en Finis terra - Galicia? Actualmente el "Camino" es una peregrinación moderna, una aventura que cultiva la "autenticidad humana". Hay quien lo vea también como una iniciación espiritual que en su esencia se asemeja a sus orígenes.

El Camino es un verdadero viaje del héroe, en el que sales de tu rutina diaria y te propones superar tus retos conectando con la magia de tu ruta. Y luego vuelves a casa para compartir tu nueva sabiduría, tus nuevos dones, y ponerlos en práctica con una mejor comprensión del mundo que te rodea y de quién eres.

Hacer el Camino te aporta el coraje y fuerza para cambiar tu vida, el saber que eres capaz de lograr retos importantes, que tendrás amigos para la vida, te recuerda valores importantes como el respeto, la paz, la alegría, la libertad y el amor propio. Además te hará cuidar y mover tu cuerpo con cariño, respirar aire puro y estar en contacto directo con la Naturaleza.

Caminarás y te reirás mucho, disfrutarás de buena comida, compartirás conocimientos y sentimientos y no volverás a ser el mismo / la misma.

El Camino te espera!
¿Nos acompañas?





¿QUÉ ES?



Hola querido amigo, querida amiga,

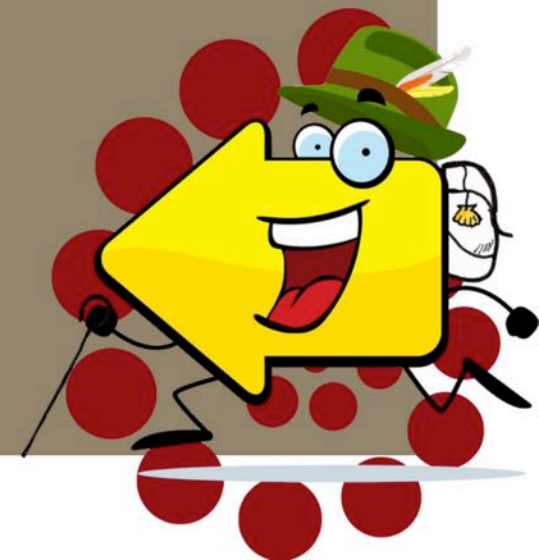
Este es un retiro de crecimiento personal con todo incluido. La actividad principal es caminar y conversar por el Camino de Santiago que pasa por la hermosa región del Tirol en Austria, entre el 8 y el 16 de septiembre de 2023. Y yo te acompañaré y guiaré in situ.

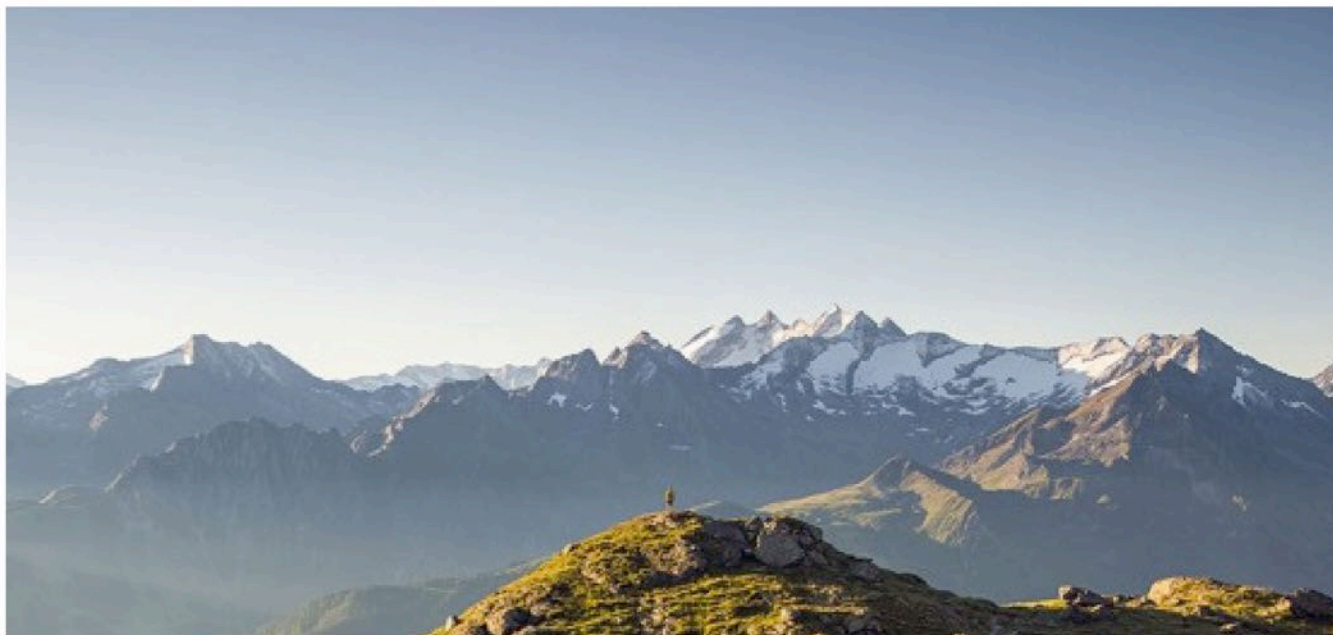
Esta actividad es para ti si:

- Quieres cambiar algún aspecto de tu vida que te incomoda (trabajo, casa, relación, etc.), pero no sabes muy bien cómo hacerlo y necesitas salir para ganar perspectiva,
- Deseas hacer algo especial, diferente y salir de tu rutina diaria,
- El crecimiento personal y la espiritualidad están entre tus intereses,
- Te gusta viajar, la aventura, el ejercicio en contacto con la naturaleza y conocer a otras personas y costumbres,
- Tienes una mente abierta al cambio y te gusta compartir experiencias vitales con otras personas.

¿Qué puedes esperar como resultado de esta experiencia?

- Respuestas claras sobre tus conflictos y dificultades,
- Nueva perspectiva,
- Más confianza y autoestima,
- Bienestar físico y emocional,
- Satisfacción y alegría,
- Reducción del estrés,
- Amistades para toda la vida.





AUSTRIA-TIROL

"Ningún país danza tan fácilmente entre la ciudad y el campo como Austria. Un día estás escalando cumbres alpinas y al siguiente paseando por la Viena imperial".

- LonelyPlanet.

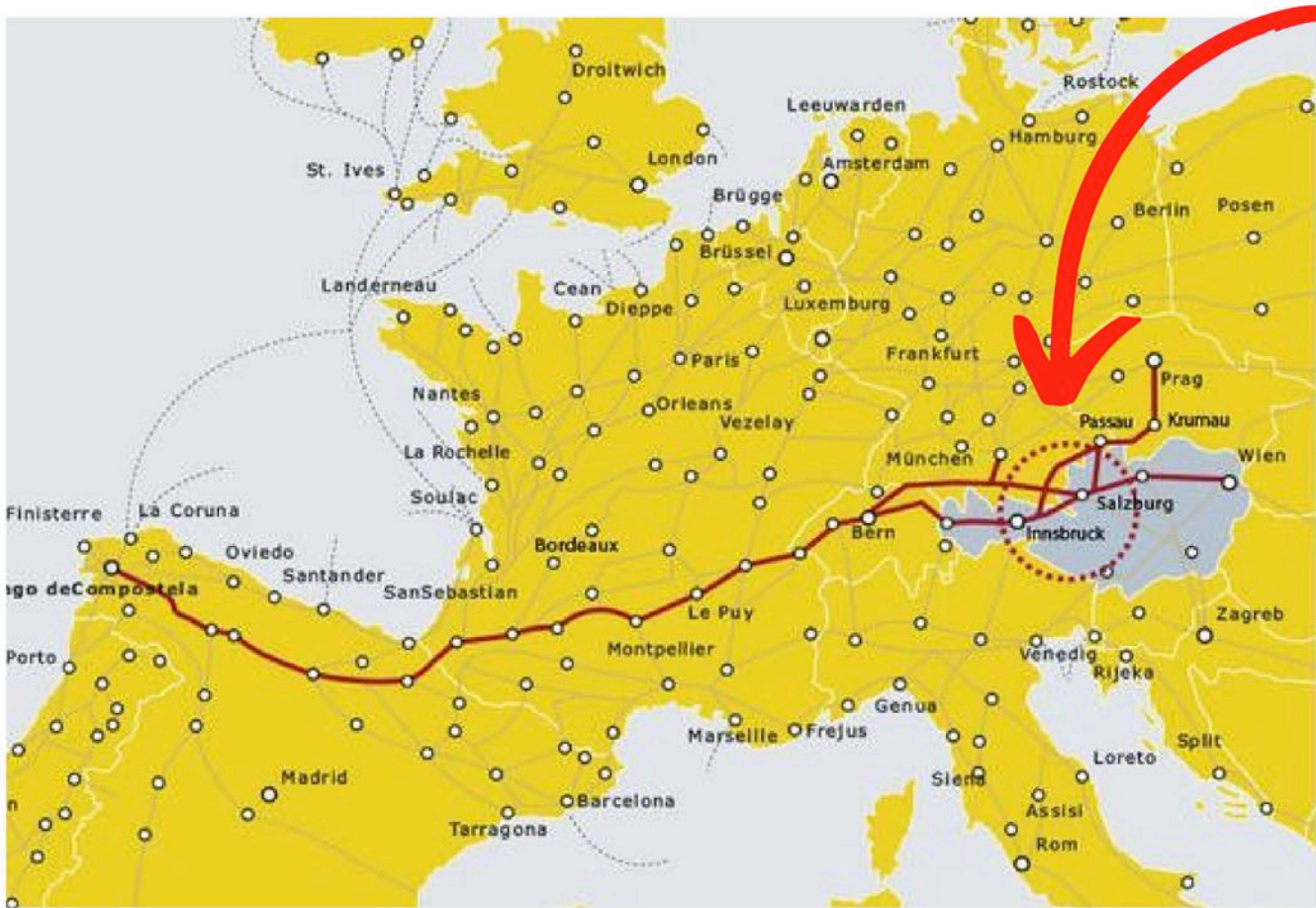
Austria tiene todo lo que uno puede pedir cuando descubre un lugar nuevo: una gran cultura, una naturaleza única, siglos de historia y bellos castillos, comida deliciosa y gente amable. Y, por supuesto, tiene esa región tan especial llamada Tirol:

"Enclavado entre la Baviera alemana y el Tirol del Sur italiano, el Tirol austriaco es una maravilla natural con montañas, glaciares, lagos y ríos. Los valles ofrecen pintorescos pastos y pueblos de ensueño, y las cumbres ofrecen senderos, maravillosas cabañas e impresionantes vistas.

El valle de Innsbruck es la espina dorsal de transporte y población del Tirol y en su centro se encuentra la mágica ciudad de Innsbruck. De este a oeste, el Tirol cuenta con centros turísticos de fama mundial, como St Anton am Arlberg, Mayrhofen, Sölden y Kitzbühel. Existen numerosos pueblos menos conocidos, a menudo asombrosamente pintorescos y maravillosamente hospitalarios.

El alojamiento en el Tirol es de muy alto nivel, independientemente su categoría. Al igual que sus vecinos suizos, los austriacos se enorgullecen de su entorno natural y arquitectónico, lo que queda patente en los alojamientos de la provincia del Tirol. Tirol no es sólo historia: en las montañas y los valles de Tirol se puede disfrutar de una magnífica arquitectura en sus montañas y valles, todos ellos construidos con los más altos estándares". - Jagger Horizons





RUTA

¿Dónde iremos exactamente?

Recorreremos la Via Tirolensis, el "Jakobsweg" (Camino de Santiago) que atraviesa el Tirol y los Alpes, por la zona más bella y mágica de este fantástico país.

Aunque estamos en el corazón de los Alpes, caminaremos con poco desnivel (en valles y junto a ríos) desde St Johan in Tirol hasta Innsbruck, un total de 108 km durante 6 días (una media de 18 km diarios), y disfrutando de una Naturaleza privilegiada, cultura, historia, gastronomía y hospitalidad, un regalo para todos los sentidos.

Itinerario:

- Día 1: Llegada a Munich y traslado a St Johan in Tirol
- Día 2: Caminata de St Johan in Tirol a Ellmau - 12,2 km
- Día 3: Caminata de Ellmau a Wörgl - 23,4 km
- Día 4: Caminata de Wörgl a Breitenbach am Inn - 10 km
- Día 5: Caminata de Breitenbach am Inn a Strass im Zillertal - 17 km
- Día 6: Caminata de Strass im Zillertal a Terfens - 21,2 km
- Día 7: Caminata de Terfens a Innsbruck - 23,8 km
- Día 8: Día libre en Innsbruck - ¡será divertido!
- Día 9: Traslado de Innsbruck a Múnich y regreso a casa





ALOJAMIENTO



Increíble, 3 ejemplos de donde nos vamos a quedar:

"GASTHOF HOTEL POST - STRASS IM ZILLERTAL

El Gasthof Hotel Post, que data de 1840, ocupa uno de los edificios más destacados del pueblo de Strass. El edificio histórico cuenta con algunas instalaciones modernas, como una piscina al aire libre en la azotea y un spa con sauna y zona de relajación. El interior del hotel presenta un estilo contemporáneo con muebles y accesorios modernos. El hotel cuenta con un restaurante que obtiene gran parte de sus productos de su granja local.

GASTHOF SCHOPPER - BREITENBACH AM INN

El Gasthof Schopper es una pensión tradicional y un popular restaurante local, conocido por su cocina de calidad, que cuenta con un maravilloso jardín para beber, cenar o relajarse. El interior del Gasthof Schopper es una mezcla de casa tradicional y mobiliario renovado. Situado en el centro del pueblo, y a poca distancia del río Inn.

TIROL LODGE - ELLMAU

Situado en las pistas inferiores de la zona de esquí de Ellmau, el Tirol Lodge goza de un entorno maravilloso junto a los pastos y bosques de Ellmau. La moderna y elegante casa de campo consta de varias unidades conectadas por pasarelas y en su centro se encuentra la piscina exterior. El interior es igualmente contemporáneo y elegante, con muebles y accesorios fantásticos. El lodge cuenta con un spa con sauna y zonas de relajación. En el alojamiento se puede comer tanto a la parrilla como a la carta". - Jagger Horizons





INNSBRUCK

Nuestro destino final

"Innsbruck, la capital del Tirol, es una de las grandes ciudades alpinas del mundo. Con 120.000 habitantes, una próspera población universitaria, un casco antiguo rodeado de montañas, Innsbruck es un destino fantástico para una escapada urbana. Fuera de los meses invernales en los que se practica el esquí, es una ciudad para todas las estaciones que ofrece un sinfín de actividades, cultura y entretenimiento.

El casco antiguo de Innsbruck es emblemático y está cargado de historia - es el centro neurálgico de la vida de la ciudad. También es el punto de partida para un impresionante viaje en funicular bajo la ciudad, seguido de una empinada subida a las montañas del norte de la ciudad. Hay numerosas actividades en la montaña de Seegrube, pero también en casi todos los demás picos que se pueden contemplar en los alrededores de la ciudad. Innsbruck también es rica culturalmente, con teatro/ópera, museos y galerías de arte. Y para divertirse, Innsbruck cuenta con un sinfín de bares y restaurantes, lo que la convierte en un vibrante centro social". - Jagger Horizons

En el caso de que hagas el Camino por motivos religiosos, aquí encontrarás un templo consagrado a Santiago: la Catedral de Santiago o, como se conoce localmente, la Innsbrucker Dom o Dom zu St. Jakob. El punto final de nuestro Camino.

Tiene las razones perfectas para disfrutar de un día libre y relajarse antes de volver a casa. Podrás aprovecharlo explorando la ciudad, disfrutando de la historia, la comida, las vistas increíbles y compartiendo momentos inolvidables con tus nuevos amigos peregrinos.





SERVICIOS



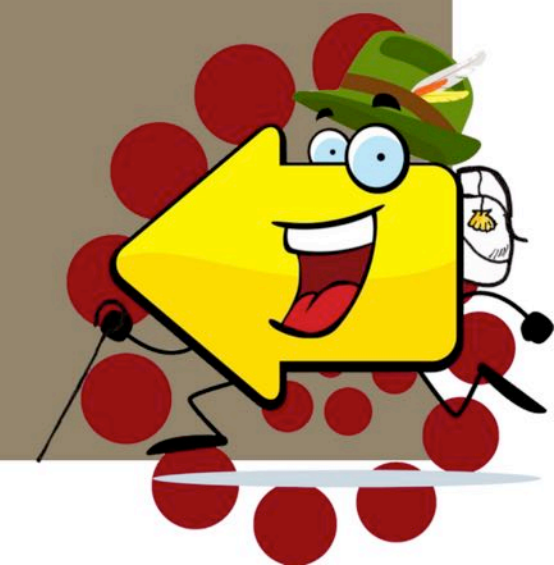
¿Qué está incluido?

Hemos firmado un acuerdo de colaboración con una agencia de viajes austriaca líder en la organización de este tipo de eventos especiales. El objetivo es que tengas todo lo que necesitas y que disfrutes plenamente del planazo que tenemos para ti:

- Plan de ejercicio y nutrición como preparación para la actividad,
- Lista de la compra detallada del material necesario para la actividad,
- 1 sesión de coaching 60 minutos antes de la actividad,
- Coaching y orientación durante la actividad,
- Traslados desde el aeropuerto de Munich a St Johan in Tirol y desde Innsbruck de vuelta al aeropuerto,
- Alojamiento superior en habitaciones con baño en alojamientos encantadores y tradicionales del Tirol - 8 noches,
- Comidas en régimen de pensión completa: desayuno, almuerzo y cena,
- Transporte de equipaje entre etapas,
- Seguro de accidentes durante la actividad.

¿Qué NO está incluido?

- Vuelos de ida y vuelta a Múnich,
- Visados, tasas aeroportuarias y/o turísticas, si procede,
- Seguro de viaje (obligatorio) y seguro de cancelación,
- Sesiones individuales de coaching,
- Bebidas, propinas y lavandería,
- Taxis entre etapas,
- Todo lo que no esté incluido en la lista de incluido.





PRECIO



¿Cuánto cuesta?

El precio para participar es de 2990,00 € (IVA incluido).

La actividad sólo tendrá lugar si hay un mínimo de 10 participantes.

Las plazas están limitadas a 12 participantes.

Reservas y pagos

Para asegurar tu plaza requerimos el pago del precio total por transferencia bancaria (libre de comisiones) antes del 31 de mayo de 2023 (incluido).

Politica de cancelación*

- Si cancelas tu viaje antes del 31 de mayo de 2023 (inclusive), se te reembolsará el 50% de tu pago.
- Si cancelas tu viaje después del 1 de junio de 2023 (inclusive), no se te devolverá el importe abonado, aunque podrás ceder tu plaza a un familiar o amigo.
- Si tenemos que cancelar la actividad, se le devolverá el 100% de su pago.

* El 31 de mayo de 2023 es la fecha límite para reservar alojamiento y restaurantes in situ. Es una fecha que te permitirá disponer de tiempo suficiente para entrenar, comprar material, reservar vuelos y planificar tu vida en torno a la actividad.

Los reembolsos y cancelaciones que se deban a circunstancias imprevistas como enfermedad grave o fallecimiento serán considerados y cada caso será examinado sobre la base de un acuerdo honorable para que las partes implicadas no se vean perjudicadas.

Te recomendamos que contrates un seguro de cancelación para cubrir cualquier eventualidad.



ORGANIZACIÓN



Marco Silva
Coaching

Hola, me llamo Marco, llevo 13 años dedicándome profesionalmente al coaching y mi pasión-trabajo es acompañar a personas que, como yo y quizá como tú, han pasado gran parte de su vida intentando agradar a padres, profesores, pareja, jefes... Personas a las que les cuesta decir "no", buscan la aprobación externa, temen el rechazo y son presas del perfeccionismo.

Ayudo a mis clientes a soltar la culpa, a cambiar y a recuperar su poder de decisión, su valentía, el control sobre sus vidas, el amor propio y a volver a sonreír.

Lo hago a través de aventuras modernas como el Camino de Santiago, y lo hago con alegría, respeto y apertura. Estaré a tu lado, caminando, acompañándote en tu camino interior y exterior. Es un honor.



JAGGED HORIZONS

Contamos con una oficina en Innsbruck desde hace más de 15 años. Somos especialistas en programas de ocio y eventos en los Alpes austriacos. A lo largo de los años hemos descubierto las experiencias gastronómicas más auténticas, una serie de lugares maravillosos y encantadores donde alojarse y las actividades más singulares y estimulantes de la región. Desarrollamos continuamente nuestras colaboraciones con proveedores, y las nuevas tendencias, como la sostenibilidad, ocupan un lugar cada vez más destacado en nuestros programas.

Nuestros programas de vacaciones y eventos son totalmente personalizados: el alojamiento, la gastronomía y las actividades se seleccionan en función de las necesidades del cliente. Tras 15 años de experiencia en los Alpes austriacos, estamos seguros de poder ofrecer a nuestros clientes experiencias realmente extraordinarias en esta magnífica parte de Europa.





CONTACTO & RESERVAS



Marco Silva
Coaching

Contacto: Marco Silva



Web: www.marcosilva.es

Correo: marcosilva@factorvida.es

Teléfono: +34 690 13 44 16

