



YOGA EN EL PÁRAMO PNN CHINGAZA MARZO 14 DE 2020



YOGA CLANDESTINO COLOMBIA

Yoga Clandestino Colombia es un proyecto que nace para acercarnos más como comunidad desde los valores del yoga, compartiendo con alegría, haciendo amigos y evolucionando juntos con conciencia.

Hacemos yoga en cualquier lugar clandestino que nos conecte con nosotros y con la naturaleza, sin importar de donde somos o que hacemos.



NUESTRA MOTIVACIÓN

En **APATA** Creemos firmemente que caminar no es la única forma de conectarnos con la naturaleza y por eso hemos creado este espacio interactivo, buscando que chingaza sea el escenario perfecto para la reconexión con la esencia, lo natural y lo personal. En esta caminata, más allá de los paisajes escondidos que ofrecen estas montañas, buscamos cambiar la forma que interactuamos con nosotros mismos y con la naturaleza.





EL DESTINO

Chingaza, situada entre Bogotá y los Llanos Orientales, es una de las pocas regiones donde aún se conservan y se están recuperando grandes extensiones de páramo y bosque alto andino. Es de esperar el avistamiento de peñas majestuosas, lagunas azul oscuro, sabanas interminables de frailejones, pájaros de colores y venados.



Dificultad
Fácil



Altitud
3,400 - 3,500
msmn



Tiempo de caminata
6h



Longitud
8km



CRONOGRAMA

6:45

Salida de Bogotá
Cra. 19 #85-49

6:45-8:45

Trayecto al páramo
Bogotá-La Calera-Piedras Gordas

9:00-16:00

Caminata, almuerzo y
paradas con sesiones de Yoga

16:00-18:30

Regreso a Bogotá
Cra. 19 #85-49



¿QUÉ INCLUYE?

Tallerista

Alejandra Laverde, Yoga
Clandestino Colombia

Tarifa de entrada

a zona de conservación

Transporte Privado

Bogotá - Chingaza - Bogotá

Seguro médico

Colasistencia

Cobertura desde salida de
Bogotá hasta regreso

**Merienda, almuerzo
y mecate.** Aunque
puedes llevar extra.

Guianza

& acompañamiento Apata





NUESTRO MENÚ

Nuestro menú está diseñado para ofrecer la nutrición adecuada para esta actividad. Cocinamos en campo con ingredientes frescos, principalmente platos vegetarianos. Una de nuestras prioridades es ofrecer comida buena y deliciosa.

Merienda

Banano, avena y galletas Tosh.

Almuerzo

Pasta
Apata

Mecato

Maní, frutos secos, chocolate, etc.

El menú está sujeto a cambios según ficha médica.



DEBES LLEVAR

Morral

pequeño

Gorra

para el sol

Guantes y Gorro

para el frío

Saco

abrigado

Termo

con agua
1.5L min.

Calzado Cómodo

para caminar

Impermeable

Chaqueta o
poncho

Muda

para el bus

Cubiertos

plato y taza

Pantalón

cómodo

Mat

de yoga

Ropa

adecuada para
hacer yoga





PRECIOS Y DESCUENTOS

Precio base por persona
\$145,000 COP

Descuentos
(no acumulables)

10%
para estudiantes

10%
para grupos de 4
personas o más.



CONFIRMACIÓN Y RESERVA

Si te animas a caminar y conectarte con nosotros en la travesía de Chingaza este 14 de marzo, confirma tu aspiración a asistir escribiéndonos a apatacolombia@gmail.com (con tu nombre completo, número de cédula y edad). Desde ese momento, guardaremos tu cupo hasta el miércoles 11 de Marzo. Para confirmar tu reserva, por favor consigna el valor de tu cupo y adjunta el comprobante de pago en un correo antes del jueves 12 de Marzo.

Bancolombia
Cuenta de ahorros # 193 8932 9463
Apata Colombia SAS
Nit. 901136059-7

¡Hasta entonces y buen camino!

