

CUBA, La Isla Grande



DESCUBRAMOS

CUBA

CULTURA, SOL y PLAYAS

PRÓLOGO

Relajante viaje entre ciudades coloniales con grandes tradiciones y playas caribeñas de arena blanca y fina y fondos marinos transparentes. Una experiencia envidiable.

Cuba es la mayor de las islas del Caribe. Es un archipiélago compuesto por miles de islas y cayos entre las que se encuentra la isla de La Juventud. La capital de Cuba es **La Habana**. El idioma hablado es el español. Su clima es tropical y la temperatura fluctúa entre 25 y 30°C todo el año; Por lo tanto, puede elegir este destino en cualquier momento, con la certeza de poder bañarse en sus espléndidas playas de aguas cristalinas.

El mejor período es el de la estación seca (entre noviembre y mayo) aunque los demás meses siguen siendo agradables. Los cubanos son hospitalarios, respetuosos de creencias y tradiciones locales, por lo que es agradable corresponder a la amabilidad innata de sus habitantes.

La población es mestiza ya que África y España colonizaron la región durante 4 siglos, además recibió inmigrantes chinos. El país tiene 11,2 millones de habitantes, de los cuales 2,5 millones residen en La Habana.

Realizar excursiones para descubrir magníficos lugares incluidos en el Patrimonio Mundial de la Unesco es una experiencia inolvidable. El centro histórico de la ciudad de La Habana, el complejo monumental Castillo del Morro-Cabaña, museos y el Malecón son atractivos turísticos sin igual. Visitar plantaciones de tabaco, caña de azúcar, café, el **Valle de Viñales** y sus entornos naturales-*declarados patrimonio de la Biosfera*-con parques regionales de naturaleza exuberante y cascadas naturales son sin duda una experiencia especial.

Cuba es el destino perfecto para los amantes del mar y la naturaleza. Los miles de kilómetros de costa y arrecifes coralinos que rodean la isla son ideales para practicar deportes acuáticos; ofrece una oferta turística dirigida tanto a los jóvenes como a los seniors y personas con discapacidad; garantiza la posibilidad de descubrir el patrimonio natural, cultural y artístico que la distingue.

WORKSHOP INTERNACIONAL BIENESTAR Y SALUD. RETOS DE HOY

LA HABANA 21-23 ABRIL

SERVICIOS EN TIERRA POR 7 NOCHES

1 day LA HABANA

Llegada al aeropuerto de La Habana. Traslado al hotel categoría 5* en La Habana, alojamiento. Cena.

2 day LA HABANA

Día dedicado para visitar la ciudad, declarada Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO. Recorrido por la ciudad de La Habana colonial y moderna, con guía especializado en inglés, italiano, ruso. Almuerzo en restaurante local. Regreso al hotel per relax. Cena en restaurante típico local. Retorno al hotel.

3 day LA HABANA -VINALES

Continuación de la visita a museos y sitios de importancia histórico cultural. Almuerzo Traslado al hotel para disfrutar de un relajante baño en piscina. Traslado per la cena en restaurante típico con animación musical En alternativa. Excursión a Viñales, provincia de Pinar del Rio, patrimonio de la Biosfera y tierra del mejor tabaco del mundo (en pulman privado 2:00 h.). Visita con guía especializada a los sitios más interesantes del Valle como el Mirador de los Jazmines, los Mogotes, la casa del Veguero, el Mural de la Prehistoria, la Cueva del Indio, recorriendo en una pequeña embarcación el rio subterráneo de la cueva, plantaciones de tabaco y su elaboración a mano. Almuerzo en restaurante criollo local. Regreso al hotel en la tarde. Cena en local típico.

4 – 5 days WORKSHOP INTERNACIONAL BIENESTAR Y SALUD

Jornadas dedicadas al Evento Internacional según programa publicado.

6 -7 days VARADERO

Check-out del hotel y salida para la famosa playa de Varadero, Matanzas, (en pulman 1:30 h.) En el trayecto, stop en el puente Bacunayagua para admirar el Valle de Yumurí y refrescarse con la famosa piña colada con frutas naturales. Continuación, arribo a Varadero, alojamiento en hotel frente a la playa con tratamiento "todo incluido", deportes acuáticos y animación en el hotel. Días dedicados al disfrute de la playa de arena blanca finísima y tibias aguas cristalinas, Se visita el pueblo de Varadero y sus mercados artesanales en un tren turístico local que pasa por el hotel. Posibilidad de visitar el Delfinario (Opcional) y hacer una excursión en Catamarán a Cayo Blanco (Opcional), se reservan directo en el hotel.

8 day VARADERO – AEROPORTO HABANA

Mañana disponible para disfrutar de la magnífica playa, deportes acuáticos, etc.

Después del almuerzo traslado al aeropuerto de La Habana para el regreso al país de origen.

NOTA:

POSIBILIDAD DE PRORROGA DE ESTE PROGRAMA EN VARADERO CON EXCUSIONES OPCIONALES A LAS CIUDADES PATRIMONIO UNESCO (CIENFUEGOS Y TRINIDAD) Y AL CAYO SANTA MARIA, PATRIMONIO DE LA BIOSFERA. LA CUOTA SERA ENVIADA EN CORRESPONDENCIA DE LOS DIAS DE PRORROGA SOLICITADOS.

Tarifa base por adulto en habitación doble: **€uro 977,00/pax**

Suplemento habitación individual: **€uro 250,00/pax**

La tarifa por persona incluye:

- Traslado privado aeropuerto de La Habana / hotel
- 5 noches en el hotel 5* a La Habana con desayuno buffet incluido
- 2 noches en Varadero en hotel 5* con tratamiento "todo incluido"
- City tour de La Habana, con guía y almuerzo con una bebida incluida
- Almuerzos y cenas en La Habana con una bebida incluida, según programa
- Traslado privado del hotel de La Habana a Varadero y de Varadero al aeropuerto de La Habana para el regreso al país de origen

La tarifa por persona no incluye:

- 35,00 € Visa de turista para la entrada a Cuba
- Seguro de viaje
- Opcional Excursión a Viñales con visitas y almuerzo como programa – **70 euro por persona**



Viñales es un **Parque Nacional** de Cuba que, en 1999, fue declarado por la **UNESCO Patrimonio Natural de la Humanidad**. Se encuentra en la Sierra de los Órganos, que es la parte más occidental de la cordillera de Guaniguanico, provincia de Pinar del Río

El Valle se localiza en el municipio *Viñales*, a 25 kilómetros de la ciudad de Pinar del Río y a 178 km de La Habana. Este entorno natural de belleza única se caracteriza por sus plantaciones de tabaco, café, cana de azúcar y por poseer unas particulares formaciones rocosas llamadas "mogotes", curiosidad geológica, únicas de su tipo en Cuba y muy raras de encontrar en otros países. Indispensable es la visita al **Mogote de la Esmeralda, el Coco Solo, el Mogote del Valle o Dos Hermanas**, porque son los más representativos por sus formas.

Viajando hacia Matanzas y a la **Playa Varadero** bordeando el mar por la Vía Blanca, se pasa por un largo puente situado sobre una profunda garganta que ha creado el río Bacunayagua, en el Valle de Yumurí

El **puente de Bacunayagua** fue construido entre 1956 y 1959. Se considera una de las Siete Maravillas de la Ingeniería Civil Cubana. Estratégicamente del lado oeste del puente se ha construido sobre una elevación un mirador desde el cual se puede admirar esta edificación y el hermoso paisaje del **Valle de Yumurí** que le rodea y la salda al mar. **Varadero** está situado en la provincia de Matanzas a unos 140 kilómetros de La Habana en la **Península de Hicacos**, al norte de la isla. En 1508, en un viaje de exploración, el español Sebastián de Ocampo descubrió la zona y durante esa época los conquistadores españoles expulsaron a toda la población indígena y abrieron una salina para abastecer a los buques que llegaban hasta allí, aunque no fue hasta el año 1887 cuando se fundó oficialmente la ciudad con el establecimiento de 10 familias.

Constituye el punto más cercano a los Estados Unidos, tiene 30 km de extensión de los cuales 22 km son de playas. Limita al norte con el estrecho de La Florida, al sur con la bahía de Cárdenas, al este con la Cayería Sabana Camagüey, y al oeste con la bahía de Matanzas, su población es de 26 680 habitantes. Una playa con un excelente mar cálido, aún en el invierno, de bellísimas aguas color turquesa, que se distingue, además, por la seguridad y limpieza a través de sus largos kilómetros de arena perfectamente cuidada.

Trip Advisor ha revelado que Varadero está en el ranking de las 10 playas más hermosas del mundo. Playas blancas, mar cristalino y paisajes paradisíacos donde pasar unas vacaciones de ensueño.