

Salud Y Bienestar

RELAJANTE ESCAPADA DE DOS DÍAS

Vancouver es un lugar donde se puede respirar aire puro, explorar la naturaleza, crecer personalmente y conectarte con el mundo que te rodea. ¡Nuestra ciudad te inspirará! Te aseguramos que este viaje perdurará en tu memoria.

Lo más destacado

- Baño de bosque
- Aventura panorámica de paddle surf.
- Experiencias de spa
- Alimentación saludable

PRIMER DÍA

HORA DE DESPERTARSE

Empieza el día con un desayuno que te haga sentir bien en **Forge**, un restaurante que ofrece ingredientes locales frescos.

Una vez que estés lleno de energía es hora de vivir Vancouver como lo hacen los locales: caminando. **Toonie Tours** te llevará en un recorrido guiado de tres horas por Gastown y el centro de la ciudad.

UN REFRESCANTE DESCANSO

Luego de una parada en tu hotel para refrescarte, es hora de escapar del corazón de la ciudad y sumergirte en la naturaleza.

Rockwood Adventures te recogerá en el hotel y te llevará a una excursión por el bosque donde experimentarás los efectos rejuvenecedores del "Shinrin Yoku". Rodeado de belleza natural, sentirás cómo desaparece el estrés mientras escuchas el romper de las olas y el susurro de la brisa marina entre los árboles del bosque de **Lighthouse Park**.

RECONÉCTATE

Mucho más relajado, regresa al centro de la ciudad para pasear por uno de las áreas de Norteamérica más amigables con el peatón. Desde la zona comercial y de restaurantes de las calles Robson y Denman, hasta los vibrantes bares y cafés de **Yaletown**, nuestros amigables vecindarios se encuentran a muy pocos pasos de distancia.





SEGUNDO DÍA

UNA MAÑANA DE MEDITACIÓN

Programa el despertador a primeras horas de la mañana e inicia tu día con un poco de yoga al amanecer en **Kitsilano Beach**.

Una vez que hayas logrado tu estado zen, dirígete a **Granville Island**, donde se encuentra el **Mercado Público**. Aquí, **Vancouver Water Adventures** ofrece excursiones diarias en kayak y paddleboard por las tranquilas aguas de **False Creek**, un calmado entorno que ofrece una perspectiva única de la vida en Vancouver.

TIEMPO DE CONSENTIRTE

Después de comer, relájate con una sesión de spa para aliviar los músculos, disipar la mente y eliminar las tensiones. Elige uno de nuestros fantásticos spas que se encuentran en el centro de la ciudad, como **CHI**, el Spa del **Shangri-La Hotel, Spa by JW** en el **JW Marriott Parq Vancouver** y **Vida Spa** en el **Hotel Sutton Place**.

Si la visita al spa no es lo tuyo, te recomendamos una excursión con **SKY Helicopters'** Coast Mountain Adventure Tour para darse un gusto de otro tipo. Sobrevolarás montañas, acantilados y lagos antes de aterrizar y dar una caminata hasta la base de una hermosa cascada, el Océano Pacífico, Vancouver Island y una vista panorámica de nuestras cordilleras.

BRINDA POR TU VISITA

El cuidado de la salud es parte importante del estilo de vida en Vancouver. Eso se refleja en las opciones culinarias que ofrece la escena local de gastronomía vanguardista, que es conocida por servir algunos de los platillos vegetarianos y veganos más innovadores del mundo.



SUGERENCIAS

¿Quieres hacer ejercicios? Visita Grouse Mountain y realiza el **Grouse Grind**, una caminata de 2.830 escalones ascendiendo la montaña, conocida como la "escalera maestra de la madre naturaleza".



EVENTOS ANUALES

- Vancouver Sun Run
- BMO Vancouver Marathon
- Lululemon Sea Wheeze Half Marathon
- Terry Fox Run
- ScotiaBank Half Marathon



CONOCE NUESTRA HISTORIA DEPORTIVA

Podrás conocer toda la historia del deporte de British Columbia en el **BC Sports Hall of Fame**, localizado en el BC Place Stadium,. Esta es una de las herencias de los Juegos Olímpicos de Invierno de 2010, una experiencia inmersiva que te permite recorrer el camino que han transitado nuestros atletas.

VAN
COU
VER

DESTINATION VANCOUVER

Suite 210, 200 Burrard Street,
Vancouver, BC V6C 3L6, Canada

destinationvancouver.com



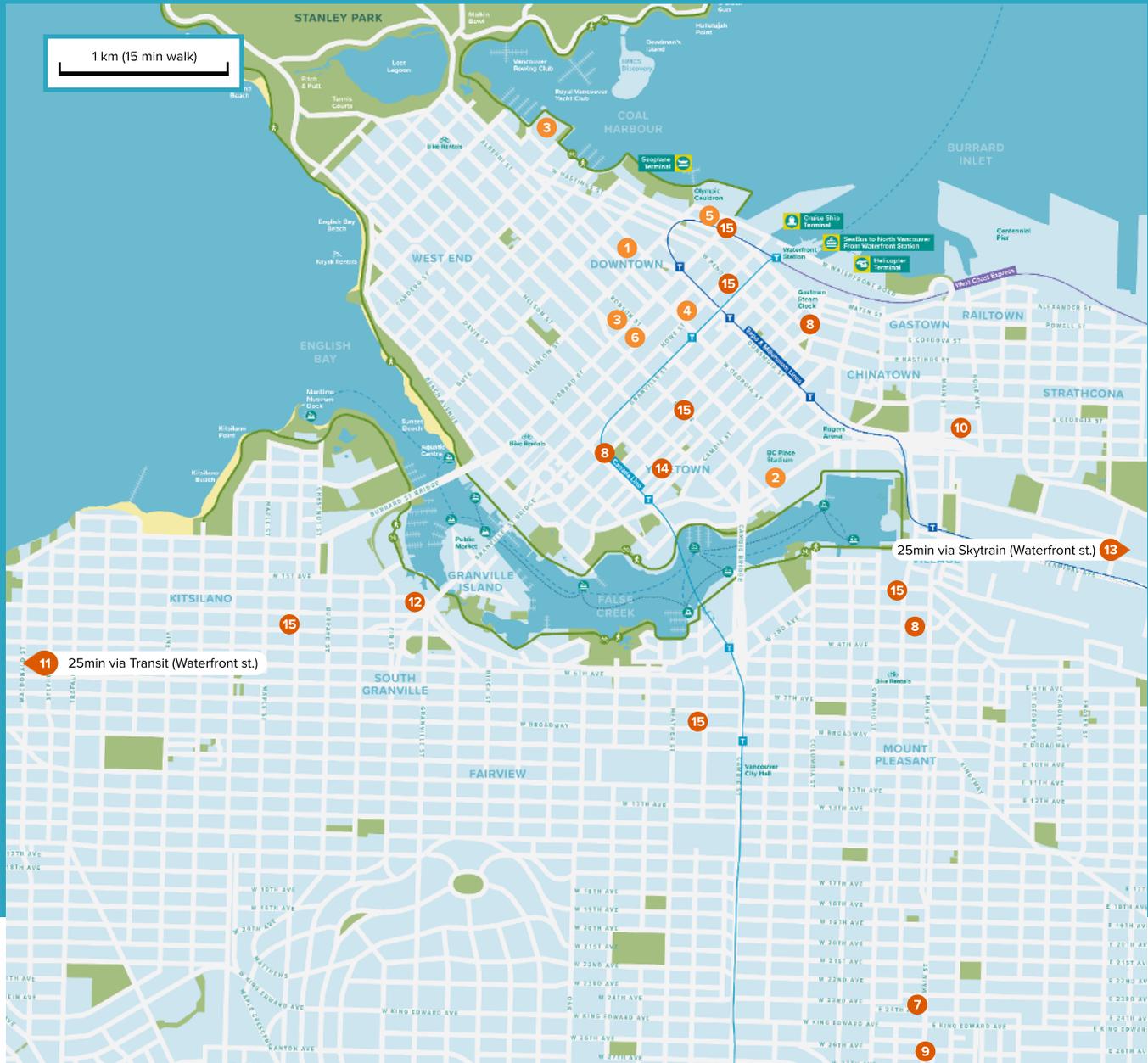
@inside_vancouver



@insidevancouver



@MyVancouver



Encuentra tu centro



LOS MEJORES SPAS DE VANCOUVER

1. CHI, el Spa del Shangri-La Hotel
2. Spa by JW en el JW Marriott Parq Vancouver
3. Vida Spa en el Sutton Place Hotel
4. Sense Spa en el Rosewood Hotel Georgia
5. Willow Stream Spa del Fairmont Pacific Rim
6. The Spa en el Wedgewood Hotel & Spa

¿Vas a Whistler?

Visita el **Scandinave Spa Whistler**, un elegante oasis ubicado en el medio de la naturaleza con baños rejuvenecedores y masajes relajantes.



COMIDA SALUDABLE

7. Acorn
8. Nuba
9. Chickpea
10. Harvest Community Foods
11. The Naam Restaurant
12. Afghan Horsemen Restaurant
13. La Mezcaleria
14. Blue Water Café
15. Tractor



Place your logo here.