

# TALENT LAB ADVENTURE 2020

## Programma di viaggio

### 1° Giorno 04 Gen

- TRANSFER DALL'AEROPORTO ALLA STRUTTURA CON RELATIVO CHECK-IN (il tutto verrà organizzato dallo staff in base agli orari di arrivo dei singoli partecipanti)
- ALLE ORE 16:00 RITROVO DEI PARTECIPANTI presso la STRUTTURA che ci ospiterà e transfer alla **Playa de La Concha**
- Condivisione del programma settimanale
- Diario di bordo, portare sempre con sé un quaderno o un bloc-notes, servirà da monitoraggio
- Meditazione spiaggia ore 18.15, allineamento (obiettivi, intenzioni e desideri)
- Cena libera (in piena libertà ogni partecipante sarà libero di uscire dalla struttura comunicandolo preventivamente allo staff)

### 2° Giorno 05 Gen

#### **Matt: Isla De Los Lobos**

Ritrovo ore 9:00 con pranzo al sacco (facoltativo). Transfer in navetta verso Corralejo  
Ore 10:00 Traghetto per la Isla Di Lobos, rientro ore 14:30 (opzione ore 16:00)  
L'isola, di soli 4.5 km, offre paesaggi incontaminati, suggestivi, con territorio vulcanico e acque cristalline in cui poter fare snorkeling, con la possibilità di incontrare le foche monache e gli squali martello

#### **Pom: Parque Natural de Corralejo**

Circa 10 Km di dune di sabbia bianca si congiungono con l'oceano Atlantico  
Camminata per circa 7 Km tra le dune naturali

- Attività di Formazione
- Meditazione e tecniche di rilascio emozionale
- Esercitazioni di meditazione individuali e di gruppo

Il Diario di bordo sarà lo strumento per comunicare con noi stessi e per annotare momento per momento gli sviluppi della giornata.

Ore 17:00 rientro verso la struttura.

Ore 18:30 meditazione in spiaggia al tramonto presso El Cotillo, antico villaggio di pescatori.

Al ritorno ogni partecipante coglierà il momento opportuno per lavorare su se stesso, momento di riflessione nel proprio silenzio.

- Cena libera-

### 3° Giorno 06 Gen

#### **Matt- Playa Pop Corn**

Ritrovo ore 9:00 con pranzo al sacco (facoltativo). Transfer in navetta verso la playa Pop Corn

- Attività di formazione personale e professionale

Pranzo al sacco e relax per godere delle bellezze del luogo

## Pom: Playa de L'aguila

Ore 17:00 rientro verso la struttura. Ore 18:30 meditazione in spiaggia al tramonto El Cotillo

-Cena organizzata dal primo gruppo-

### 4° Giorno 07 Gen

## Matt: Calderon Hondo

Ritrovo ore 9:00 (con pranzo al sacco oppure, possibilità di pranzare al ristorante de Los Molinos)

- Percorso su sentiero sterrato per raggiungere il vulcano più grande
- Attività di Formazione e lavoro introspettivo

## Pom: Los Molinos

Pausa in libertà per godere del sole e spiaggia.

Ore 18:30 meditazione nella grotta

-Cena organizzata dal secondo gruppo -

### 5° Giorno 08 Gen

## Sud dell'Isola - Cofete

Ritrovo ore 08:00 - Transfer per Cofete, arrivo previsto alle ore 11:00 circa- Pranzo al sacco

**Cofete** è una delle spiagge più selvagge delle Isole Canarie, con meno sviluppo urbano e di maggiori dimensioni, 12 Km, esaurisce qualsiasi aggettivo. Situata nella penisola settentrionale di Jandía, nel sud di Fuerteventura, Cofete è costituita da una interminabile distesa di sabbia bianca, con un oceano irruento che trasmette sensazioni di totale libertà. Una vera delizia per gli occhi.

- Condivisione
- Attività di formazione

## Faro de Jandia (arrivo previsto ore 13)

- Pranzo
- Attività di formazione

## Sotavento (arrivo previsto ore 14:30)

Sotavento è una playa molto particolare, lunga quasi venti km in tutta la sua estensione. Questa spiaggia è un vero incanto e vi si trovano delle piscine naturali profonde poco più di un metro in cui ci si può rilassare e godere dello splendido mare di Fuerteventura. Queste lagune naturali sono caratterizzate da colori stupendi e mostrano tutta la loro bellezza se ammirati dall'alto. Ogni anno in questo piccolo angolo di paradiso si svolgono i campionati mondiali di Windsurf e Kitesurf nel periodo di fine luglio e inizio agosto.

La grande particolarità di Sotavento oltre all'estensione è la marea, che con l'alzarsi e abbassarsi nell'arco della giornata forma lagune dai colori splendidi delle più svariate tonalità.

## La Pared (arrivo previsto per le ore 16:30)

La Pared è una spiaggia molto suggestiva, il mare è spesso agitato e scatena forti emozioni! Di grande bellezza alla Pared è anche la marea che può arrivare a ricoprire tutta la spiaggia lasciando solo una breve striscia di sabbia scoperta. Più di 500 mt di spiaggia chiara con rocce nere e frastagliate alle spalle compongono la spiaggia della Pared.

- Meditazione

**Serata organizzata dallo staff con cena tipica Canaria e tanto divertimento (facoltativo)**

**6° Giorno 09 Gen**

## **Bentacuria (ex capoluogo dell'isola)**

Ritrovo ore 9:00

- Condivisione
- Attività di formazione

Transfer verso Bentacuria, visita al Museo Arqueologico de Betancuria e alla chiesa di Santa Maria (Iglesia de Santa Maria) risalente al XVII secolo. Tappa al Belvedere di Morro Velosa, in cui si ergono le statue dei mitologici antichi re Ayose e Guize

## **Cajeta de Fueste**

- Condivisione
- Attività di formazione (attività dei tre gruppi)

Relax in spiaggia

Ore 17:00 rientro verso la struttura. Ore 18:30 meditazione in spiaggia al tramonto El Cotillo

**-Presentazione delle attività create dai gruppi, premiazione, cena libera**

**7° Giorno 10 Gen**

## **Matt- Free**

Ritrovo ore 9.00

- Mattinata libera, con scelta della spiaggia in cui rilassarsi al sole e per i più temerari possibilità di fare il bagno
- Shopping

## **Pom: Grotte di Ajuy**

Visita alle grotte di Ajuy, la più famosa spiaggia nera dell'isola di Fuerteventura. Questa cala si è formata grazie all'erosione del mare che in millenni ha trasformato le rocce di color ebano in fine sabbia della stessa tonalità. Questa distesa di sabbia nera è particolarmente bella se visitata al tramonto, quando il sole crea giochi di luce dorati che contrastano con la sabbia nera di Ajuy. Ore 17:00 rientro verso la struttura. Ore 18:30 meditazione in spiaggia al tramonto El Cotillo

**Serata organizzata dallo staff con cena tipica Canaria e tanto divertimento (facoltativo)**

**8° Giorno 11 Gen**

## **Partenza con rientro in Italia**

- Transfer dalla struttura all'Aeroporto organizzato a cura dello staff

N.B.: Alcune delle escursioni elencate prevedono un pagamento extra in loco e saranno facoltative (es: traghetto). Quindi, tutto ciò che è indicato come facoltativo, deve essere inteso a carico del partecipante. Il programma potrebbe subire delle variazioni in base alle condizioni Meteo che si presenteranno.

### **PS: Talent lab Adventure - In collaborazione con lo staff-**

Non solo divertimento e tante escursioni ma uniamo un percorso formativo di una settimana alle Isole Canarie, utilizzando la natura e i 4 elementi come metafora per trasformare la nostra vita e creare veri cambiamenti unendo esperienza in pratica

Ecco alcuni punti che andremo a toccare, analizzare e conoscere in maniera più specifica ai quali saranno legate le attività formative, da inserire nel vostro programma, per ogni giornata:

#### **Giorno 1**

Tecniche specifiche per rimuovere vecchie convinzioni e paradigmi inerenti al nostro passato, attraverso esercizi basati su domande e visualizzazioni

#### **Giorno 2**

Comunicazione efficace, l'utilizzo della linguistica e del linguaggio non verbale nelle relazioni personali e professionali

#### **Giorno 3**

Identità e visione, tecniche e strumenti per trasmettere la propria autenticità nel mondo, leadership

#### **Giorno 4**

Talenti, identificare i propri talenti e utilizzarli in modo concreto per migliorare la qualità della propria vita

#### **Giorno 5**

Conoscenza del processo verso un cambiamento strategicamente pianificato per realizzare la vita che desideri veramente

#### **Giorno 6**

Marketing Strategico, metodi innovativi, semplici ed efficaci per promuovere se stessi o la propria attività, online e offline