



TurismoRE
BOGOTÁ

BOGOTÁ

TurismoRE

Escapadas naturales para que te llenes
de bienestar en Bogotá Región



REencuéstrate
REconéctate
REactírate

ÍNDICE

1 ¿Qué es TurismoRE?

2 Experiencias RE: Elige el plan perfecto para REencontrarte, REconectarte y REactivarte en Bogotá Región.

- a. De naturaleza.
- b. Holísticas.
- c. Alimentación saludable.
- d. Prácticas culturales/ancestrales.
- e. Lúdico/entretenimiento.

3 Planes turísticos.

1 ¿Qué es TurismoRE?

¿Estás cansado de la virtualidad y de estar encerrado? Es hora de volver a la naturaleza con TurismoRE, los mejores planes en Bogotá Región para recuperar tu bienestar y disfrutar otra vez esos espacios naturales que tanto te gustan o descubrir nuevos.

Turismo RE te trae escapadas diferentes y emocionantes como planes de naturaleza para reconectar con la tierra, el agua, el fuego y el aire; actividades holísticas para encontrar serenidad, alimentación saludable para aprender a comer de forma consciente, prácticas culturales para conectarte con otros, o lúdicas y de entretenimiento para mover tu cuerpo y mente.

Realizando estos planes recibirás beneficios físicos, mentales, espirituales y sociales/emocionales, así que si quieres REencontrarte contigo mismo, REconectarte con la naturaleza y REactivarte de bienestar y positivismo, TurismoRE es lo que estás buscando. Sigue leyendo y conoce todos los planes que tenemos para ti en Bogotá Región.

TurismoRE

Es hora de volver a la **naturaleza**.
Es hora de recobrar tu **bienestar**.

2 Experiencias

RE: Elige el plan perfecto para REencontrarte, REconectarte y REactivarte en Bogotá Región.

¿No sabes qué escapada elegir? Conoce toda la oferta de TurismoRE y elige la mejor opción para tu bienestar.



a. De naturaleza: LLénate de Vitamina N

Contempla la naturaleza y conéctate con ella, siente tu pertenencia a la tierra y percibe tu relación fraterna con otros seres vivos. En estos planes podrás realizar:

- Avistamiento de especies de flora y fauna.
- Baños de bosque (conexión con la naturaleza con todos tus sentidos).
- Contemplación del firmamento en la noche.
- Senderismo en áreas protegidas.



b. Holístico: Sé más consciente de ti mismo

Practica técnicas tradicionales y ancestrales enfocadas en aumentar tu bienestar mental, físico y emocional; sintoniza tus sentidos y conecta cuerpo, mente y alma. En estos planes podrás realizar:

- Meditación y yoga.

- Shiatsu.
- Actividades de respiración consciente.
- Circuitos de hidroterapia.
- Masajes tradicionales con productos locales.
- Terapias con aguas mineromedicinales termales.
- Retiros espirituales.
- Viajes de conexión y sanación.
- Mindful Travel.
- Retiros de desconexión digital.
- Relajación.
- Sonoterapia.
- Biodanza.
- Prácticas de silencio.



c. Alimentación saludable: Aprende a nutrir tu cuerpo

Enfócate en conocer cómo consumir alimentos más naturales, orgánicos y saludables. En estos planes podrás realizar:

- Talleres de nutrición y alimentación saludable (Ayurveda).
- Cultivos orgánicos.
- Programas de Desintoxicación.
- Visita a casas rurales veganas.



d. Prácticas culturales/ ancestrales: Trasciende tu conexión contigo mismo y con los demás

Embárcate en actividades relacionadas a prácticas culturales y técnicas de artes y oficios que proporcionan bienestar tanto espiritual como emocional y social. En estos planes podrás realizar:

- Retiros y rituales ancestrales (Fuego, Tierra, Aire, Agua).
- Círculos de mujeres.
- Talleres de cerámica, pintura, tejido o demás prácticas artesanales.
- Encuentros e inmersiones con comunidades indígenas.



e. Lúdico/Recreativo: Mueve tu cuerpo y siente el bienestar

Súmate a actividades que representan bienestar por medio de la actividad física. En estos planes podrás realizar:

- Yoga.
- Aeróbicos.
- Senderismo consciente.
- Recorridos en bicicleta.
- Stretching.
- Tai-Chi.

3 Planes Turísticos

Descubre la oferta de planes que TurismoRE tiene para tu bienestar.



Jardín Botánico de Bogotá



Reverdece tu espíritu

Conecta los sentidos con las notas de la musicoterapia, deja que tus emociones fluyan a través de un taller de pintura, mueve tu cuerpo practicando stretching y vincula mente y cuerpo a través del yoga.



Terapia de bosque

Sumérgete en un ambiente de bosque y siente el poder inmersivo de la naturaleza en ti (incluye acompañamiento de un guía certificado).



Programa
Naturaleza,
Salud y Cultura

Contacto:

Karen Celis y Carolina Fuentes
Cel: 3007385619
karen.celis@jbb.gov.co



Reserva Utopia Bio



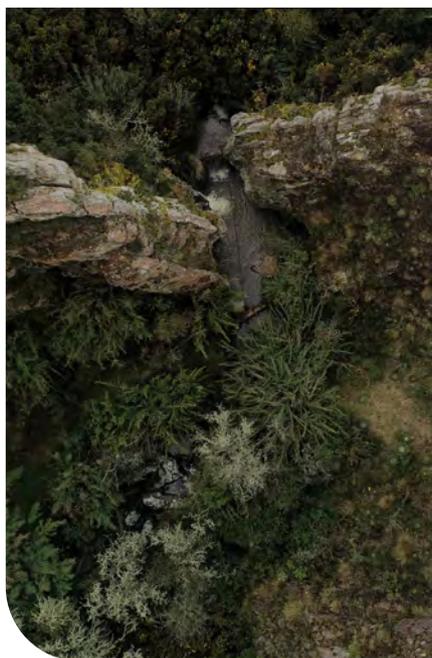
Reprográmate en la naturaleza

Descubre cómo reconectar los sentidos. Medita y relájate con masajes sonoros con cuenco tibetano; aprende a sembrar o cosechar en nuestra tierra y disfruta los sabores naturales y diversos del campo.



Contacto:

Adriana Cabrera
Cel: 3124565581
utopiabio2030@gmail.com



Shivana Spa



Masajes relajantes

Relaja tu cuerpo y libera tu mente. El silencio y la suavidad de los masajes de agua y fuego te llevarán a vivir una experiencia especial.



Viaje Shivana

Explora tu 'yo interior' y revela tu esencia a través de masajes, musicoterapia y un laberinto. Renace en una especial ceremonia de fuego.



SHIVANA

Contacto:

Marcela Arciniegas
Cel: 3103202558
info@shivana.com.co





Click Clack Hotel



Alimento Futuro

Despierta todos tus sentidos en 9 momentos diseñados solo para ti: 9 platos vanguardistas, sonidos holofónicos, projection mapping, luz cambiante y un performance perfecto, te brindarán una experiencia completa.

THE
CLICK · KACKO
HOTEL

Contacto:

Cristian Acosta
Cel: 3147352227
comunicaciones@clickclackhotel.com



Colombia Mil Estaciones



Concientízate Bogotá

Recorre los ambientes naturales de Bogotá y la región, y haz parte de talleres guiados para seguir tu ruta hacia la felicidad: neuroemprendimiento, mindfulness, coach, inteligencia emocional y corporalidad, son herramientas diseñadas para ti.



Contacto:

Juan Carlos Contreras
Cel: 3022307729
3192385119
milestaciones1@gmail.com
gerencia@milestaciones.com





Abos Tour



Tour Ecosensible

Recorre senderos ancestrales, disfruta de paisajes naturales y despierta tus sentidos a partir de los aromas, sabores y la energía vital que emanan los bosques nativos.



Corazón Muisca

Siente la mística en un recorrido que explora lo mítico, ritual y poético desde la memoria muisca. Disfruta de senderos ancestrales y conoce las comunidades campesinas de El Verjón. Renueva tu energía física y espiritual.



Contacto:

Ángel Castañeda
Cel: 3124338768
abostour@gmail.com



Go running tours



Monserate Mountain Bogotá 5k

Conéctate con la cumbre natural más importante de la ciudad. Recorre el sendero de Monserate y redescubre los Cerros Orientales.



Downtown Bogotá, history, street art 8k

Camina por el Centro Histórico de Bogotá y descubre la historia, el arte y los detalles culturales de la ciudad.



Contacto:

Adriana Duque
Cel: 3188116833
bogota@gorunningtours.com
adrianapduque@gmail.com





Doll House Spa



Amor Propio

Conócete y descubre más sobre ti. Disfruta de un ritual de bienvenida, además, sabores frutales, relajación para tu cuerpo (sauna collagen y turco detox) y un ambiente delicado diseñado especialmente para ti.



Hilo Rojo

Disfruta en pareja y recuerda por qué el amor es más fuerte. Comienza con un ritual de bienvenida y luego un facial sorprendente. Sigue con un masaje relajante y pasa a sauna collagen, turco detox y el jacuzzi con sales minerales. Completa la experiencia con un menú especial en un ambiente romántico y bioseguro.



Contacto:

Carolina Pachón
Cel: 3172461813
om@dhc.com.co



Green Travel



El Origen del ser

Disfruta de una completa terapia de masajes, continúa con una clase de yoga, sincroniza tus centros energéticos con tu propósito de vida, libera tus sentidos con una cata de frutas y finaliza con una exfoliación de semillas para tus manos.



Contacto:

Monica Robles
Yaneth Avendaño
Cel: 3106193387
operaciones1@greentraveldmc.com





Wellness Spa Movil



Ritual Zen Sabay con Circuito Hídrico

Relaja todo tu cuerpo con un masaje Zen Sabay que combina sensaciones térmicas (con piedras calientes). Disfruta de aromaterapia y siente un descanso totalizante a través de un completo circuito hídrico para liberar tensiones y oxigenar tus días.



Contacto:

Sergio Blanco
Cel: 3134488224
sergio.blanco@wellnesspamovil.com



Territorio Colombia



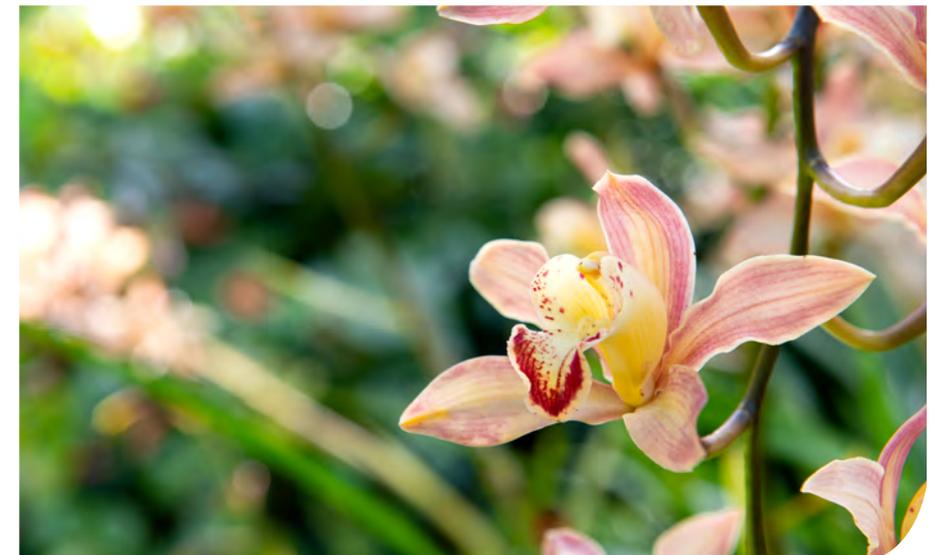
Renueva tu energía, Conéctate con las Orquídeas

Déjate llevar y explora el universo de las orquídeas. Descubre texturas, colores, aromas y la energía de esta bella familia de plantas. Además, haz avistamiento de aves y aprende sobre la conexión natural entre el hombre y la tierra.



Contacto:

Karem Ruiz
Cel: 3103235897
reservas@territoriocolombia.com





Parque Natural Chicaque



Tejiendo bajo el árbol de los sueños KYE MUYSUA

Conéctate con las maravillas de la naturaleza, recorre majestuosos senderos ecológicos y realiza un taller de tejidos para renovar tus propósitos con una creación en hilo que entregarás al árbol de los sueños Kye Muysua.



HUERTOTERAPIA

Conoce todo sobre el vasto universo de las huertas y el trabajo alrededor de las plantas aromáticas y medicinales. Una oportunidad para reconectarte con la tierra, recorrerla y reconocer el valor de cada especie vegetal en el mundo natural. (Actividad guiada que se realiza en horas de la tarde-noche).



Contacto:
Alejandro Guerrero
Cel: 3164939049
oaguerrero@chicaque.com



Apata Colombia

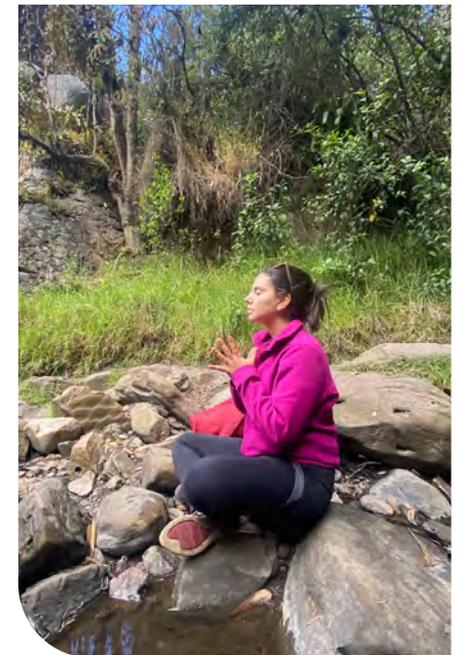


Conexión territorio ancestral: yoga y naturaleza

Recárgate de energía entre las montañas, los farallones y la naturaleza. Haz yoga rodeado de fauna, flora e historias legendarias. Disfruta de un recorrido ancestral, viaja al pasado y conecta contigo mismo.



Contacto:
Adelaida Samper
Cel: 3244529945
info@apatacolombia.com





Desal Spa



Bigua (Ritual de la sal)

Relaja todo tu cuerpo y siente como nuevas sensaciones llegan a tu vida a través del ritual de la sal (mineral sagrado para los antiguos muisca). Además de suaves masajes, limpieza, exfoliación, aromas y musicoterapia, disfruta de un recorrido por la Catedral de Sal ubicada 180 metros bajo tierra.



Contacto:
Caroline Tinjacá
Cel: 3007502396
info@esensal.com



Reserva Ecopalacio



Chingaza, Turismo de Naturaleza vive y siente los 4 elementos

Camina por senderos naturales únicos y disfruta de uno de los ecosistemas más importantes de la región: el páramo. Esta inmersión te conectará con el cuidado y la conservación del medio ambiente.



Contacto:
Clara Alméciga
Cel: 3103815504
reservaecopalaciochingaza@gmail.com



Guía Natours



Noche de estrellas en Chingaza

Revela los secretos del páramo de Chingaza en la noche. Recorre este refugio natural y avista la fauna silvestre de la zona (venados y, quizá, el oso andino); obtén postales nocturnas y sigue esta ruta sagrada, natural y milenaria.



Contacto:

Wilson Cepeda

Cel: 3502250680

guianatours@gmail.com



Simayatlan Reserva Natural Turismo Integral



Chi Kung - El arte de la respiración

Te has preguntado en algún momento de tu vida como encontrarse consigo mismo o si en verdad conozco mi cuerpo, te invitamos a tener una inmersión y conexión con el encanto de naturaleza. Y si te gusta los espacios naturales para recargar tus energías mediante técnicas de respiración. O te gusta darle un respiro a tu cuerpo para su bienestar.



Contacto:

Alonso Parra

Cel: 3166304449

simayatlanreservanatural@gmail.com





Conexión con la energía mágica de la naturaleza andina

A través de nuestras experiencias recibirás armonización de tu energía, relajación, contacto con la naturaleza nativa del subpáramo andino y encontrarás el equilibrio de la energía en tu cuerpo, mente y espíritu.



Contacto:

Diana Castillo Saldarriaga
Cel: 3162292947
diana@intihuatana.com.co



El poder del agua

Disfruta de un novedoso circuito hídrico que comprende: sauna, turco, ducha bitérmica, flotarium y piscina lúdica (duración: 90 minutos). Completa tu experiencia con un relajante masaje (duración: 30 minutos).

Conexión, Mente, Cuerpo y espíritu

Relájate con un innovador circuito de hidroterapia (duración: 90 minutos) que incluye: sauna, turco, ducha bitérmica, flotarium, piscina lúdica, masaje relajante con técnicas manuales y piedras volcánicas (duración: 30 minutos). Finaliza tu experiencia degustando un exquisito pasabocas y una bebida natural.



Contacto:

Nancy Hernández
Cel: 3144323223 - 3138163184
gerencia@kanaiwaspa.com





Ritos de plantas vivas



Plantas de territorio

Comienza este viaje sensorial alrededor del origen, historia, geografía, beneficios, sensaciones y las técnicas de preparación de las principales plantas de Colombia. Además de catar, escucharás música en vivo inspirada en cada planta y sentirás cómo la naturaleza te conecta con la tierra y su legado ancestral.



Contacto:

Laura Herrera
Cel: 3014871204
ritosdeplantasvivas@gmail.com



Runa Travel



Vientos de montaña

Conéctate con el paisaje, la música y deja que los vientos andinos te hablen de cerca. Conoce la dinámica del viento en Bogotá y su relación con los Cerros Orientales (que sirven como barrera natural para regular lluvias y temperatura). Deja que el viento equilibre y transmita su mensaje. Y tú ¿ya sabes cómo esta tu respiración?



Contacto:

Paco López
Cel: 3044210853
comercial@runatraveler.com
lopezpaco74@gmail.com





Viajar es vivir



El ciclo de la Vida

Reconéctate con el ciclo natural de la vida a partir de la interpretación de un espléndido paisaje. Un recorrido vibrante en el que conocerás un conjunto de estaciones que te llevarán al conocer el origen de la vida y comprender el fin, como un nuevo comienzo.



Contacto:

Sindy Orejuela

Cel: 3143829836

sindyorejuela@viajaryvivir.com.co



Rancho Ecoturístico El Faro



Experiencia de Bienestar y Descanso

Vive un encuentro contigo mismo en un ambiente singular: el bosque tropical húmedo. Explora un sendero muisca, haz un recorrido guiado en una granja, obtén un masaje para lograr un descanso profundo, almuerza y culmina el itinerario en jacuzzi, sauna y turco.



Contacto:

Claudia Patricia Londoño

comercial@ranchoecoturisticoelfaro.com



¿Quieres ser aliado de TurismoRE?

¡Contáctanos!

Escríbenos a:
turismore@idt.gov.co



TurismoRE
BOGOTÁ



ESTÁS CANSADO DE ESTAR ENCERRADO.
DE HABLAR CON AVATARES Y CON IMÁGENES EN
2 DIMENSIONES. DE SONREÍR CON EMOJIS.
DE IMAGINAR VIAJES EN LA PANTALLA DE TU CEL.
DE SOÑAR CON VOLVER A SENTIR EL PASTO BAJO
TUS PIES... Y QUIERES SALIR.

**QUIERES VOLVER AL AIRE LIBRE Y NO SABES
DÓNDE IR.**

QUIERES DECIRLE NO A LAS PANTALLAS. NO AL
ENCIERRO. NO A LA VIRTUALIDAD.

QUIERES DECIRLE

SÍ A LA NATURALEZA.

SÍ A LOS PAISAJES ÚNICOS.

SÍ A LAS CAMINATAS BAJO LA LUZ DEL SOL.

SÍ A LA VITAMINA N DE NATURALEZA.

SÍ AL BIENESTAR.

SÍ A ALIMENTARTE MEJOR.

SÍ A REENCONTRARTE, RECONECTARTE Y REACTIVARTE.

¿ESTÁS LISTO PARA HACERLO?

#TurismoRE ENCUÉNTRATE,
CONÉCTATE,
ACTÍVATE

VEN CON NOSOTROS A DESCUBRIR Y DISFRUTAR ESOS
ESPACIOS INCREÍBLES QUE TE OFRECE BOGOTÁ REGIÓN.

**INVÍTALOS A TODOS A RECORRER BOGOTÁ,
HAY UN PLAN PARA CADA UNO.**

**ES HORA DE VOLVER A LA NATURALEZA.
ES HORA DE RECOBRAR TU BIENESTAR.**



INSTITUTO DISTRITAL DE
TURISMO

