

Formentera Zen 2026



Hemos diseñado el mejor programa de **bienestar 360** para ti, una experiencia única de bienestar y renovación en primavera.

29 - 31 mayo 2026

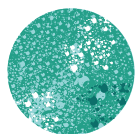


Consell Insular
de Formentera

Formentera

trasmapi50
TRASMARCA

GECKO
FORMENTERA



Programa

Conducido por **Lorena Cardona**

29 MAYO	VIERNES	
19:00h - 19:30h	Recepción y acreditación de asistentes e inauguración oficial de Formentera Zen 2026	
19:30h - 20:30h	Música en vivo y welcome drink	
30 MAYO	SÁBADO	
10:00h - 11:00h	Masterclass. Barre Total Imparte: Paula Coms <i>Pionera del barre en España</i>	
COFFEE BREAK		
11:45h - 12:45h	Desarrollo personal "La conversación que transforma tu vida" Imparte: Vanessa Parellada <i>Psicóloga especializada en malestar emocional</i>	
12:55h - 13:35h	Nutrición consciente by Blanca Nutri "La inflamación: el enemigo silencioso que puedes controlar" Imparte: Blanca García-Orea Haro <i>Nutricionista clínica, digestiva y hormonal. Máster en Microbiota Humana</i>	
COMIDA		
17:00h - 18:00h	Charla "Hackea tu nervio vago: el interruptor de tu salud" Imparte: Cati Palou <i>Psiconeuroinmunología (PNIE). Creadora del "Centro de Salud Natural"</i>	
18:00h - 19:00h	Charla "Vida Serena" — Reducción de estrés y bienestar femenino Imparte: Verónica Salas <i>Instructora de yoga terapéutico y mindfulness. Creadora del programa "Vida serena"</i>	
19:00h - 20:00h	Yoga masterclass by Chandra Community "The sunset seaside ritual" Vinyasa Hatha Fusion Imparte: Valentina Llorens Instructora de Ashtanga Vinyasa & Hatha Yoga	