

Lo que sucede en este santuario de Mayakoba podría cambiar tu forma de viajar

En Banyan Tree Mayakoba, el bienestar no es una actividad dentro de una agenda ni un momento aislado dentro de una estancia. Es una forma de vivir el destino. Surge de la relación constante con la naturaleza, del encuentro con uno mismo y de la posibilidad de conectar profundamente con el entorno.

Rodeado por manglares protegidos, lagunas cristalinas y la energía del Caribe mexicano, el santuario ha construido una filosofía de bienestar que trasciende el spa y se integra de manera natural en cada aspecto de la experiencia. Esta visión cobra vida a través de *Nurturing Wellbeing*, uno de los pilares fundamentales de Banyan Tree Mayakoba, que entiende el bienestar como un viaje personal, holístico y en constante evolución.

Lejos de perseguir un ideal único, la propuesta wellness del santuario reconoce que cada huésped vive el bienestar de forma distinta. Por ello, su enfoque se guía por ocho pilares esenciales: *Connection, Groundedness, Growth, Mindfulness, Movement, Nourishment, Practice* y *Rest*; principios que acompañan experiencias diseñadas para nutrir el cuerpo, la mente y el espíritu.

El corazón de esta filosofía se encuentra en Banyan Tree Spa, un santuario donde convergen la sabiduría ancestral de Asia y México a través de tratamientos personalizados, rituales restaurativos y experiencias inmersivas inspiradas en el poder curativo de la naturaleza. Programas como Rainforest y ceremonias tradicionales como el Temazcal invitan a una reconexión profunda con los elementos y con uno mismo.

Sin embargo, el bienestar en este hotel se extiende mucho más allá del spa. Está presente en una práctica de yoga frente a la selva, en una meditación acompañada por los sonidos de la naturaleza, en un recorrido en bicicleta entre senderos verdes, en una navegación tranquila por las lagunas de Mayakoba o en una propuesta gastronómica concebida para nutrir desde la consciencia y el equilibrio.

Incluso los espacios han sido diseñados para favorecer esta conexión. Villas como la Wellbeing Sanctuary Pool Villa incorporan amenidades enfocadas en el descanso, el movimiento y la desconexión digital, creando entornos que promueven una experiencia de bienestar integral desde la privacidad del alojamiento.

En este contexto, Global Wellness Day encuentra una expresión auténtica dentro de la esencia cotidiana del resort. El próximo 21 de junio, Banyan Tree Mayakoba celebrará esta fecha con una serie de experiencias especialmente diseñadas para fomentar la gratitud, la creatividad y el movimiento consciente.

La jornada iniciará en Sur Beach Club con una ceremonia de meditación y sonoterapia frente al mar; continuará en Sands Beach Club con una experiencia recreativa diseñada para fortalecer la conexión y el disfrute colectivo; y culminará en la Palapa de Yoga con una práctica al atardecer que integrará respiración, movimiento y presencia.

Más que una celebración especial, Global Wellness Day representa una extensión natural de una filosofía que se vive todos los días.

Porque en este santuario de los sentidos, el bienestar no es un destino al que se llega. Es una forma de fluir en armonía con uno mismo, con la naturaleza y con cada momento.