

PROGRAMA DEPORTE EN CUBA

- Día 1** Llegada a Cuba.
Recorrido Panorámico Habana Moderna.
Alojamiento en el hotel.
Reunión de información del programa de actividades.
Cena de bienvenida en un restaurante local.
Noche libre. Propuesta de actividades opcionales.
- Día 2** Bienvenida en la sede del Instituto Cubano de Amistad con los Pueblos (ICAP). Presentación de AMISTUR Cuba S.A, Agencia de Viajes del ICAP y receptivo de su estancia en Cuba.
Encuentro con representantes del Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación (INDER). Temática: El Deporte Cubano: retos y aspiraciones.
Almuerzo en un restaurante local.
Visita al Instituto Superior de Cultura Física y Deporte "Manuel Fajardo". Encuentro con directivos, profesores y estudiantes.
Recorrido por el Coliseo de la Ciudad Deportiva, sede del INDER y escenario de competiciones nacionales e internacionales. (Pueden concertarse encuentros con deportistas y/o encuentros deportivos)
Retorno al Hotel.
Cena.
Noche Libre. Propuesta de actividades opcionales.
- Día 3** Visita guiada al Museo de Historia del Deporte Cubano.
Recorrido panorámico por El Capitolio de La Habana, el Parque Central y el Paseo del Prado, lugares emblemáticos de los maratones de La Habana.
Recorrido a pie por el Centro Histórico de la Habana, declarado -junto a su sistema de fortificaciones- Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO en 1982. Deslumbrante mezcla de estilos arquitectónicos. Viva la historia a través del presente. Incluye visitas a: Plaza de Armas, Plaza de San Francisco, Plaza Vieja, Plaza de la Catedral; y, Bodeguita del Medio, emblemático restaurante símbolo de la ciudad.
Almuerzo en un restaurante local.
Visita a un proyecto de promoción de estilos de vida saludables para adultos mayores, perteneciente al Programa de Ejercicios Intergeneracionales (INDER).
Visita al Memorial José Martí y al Complejo Arquitectónico de la Plaza de la Revolución.
Retorno al Hotel.
Cena.
Noche libre. Propuesta de actividades opcionales.
- Día 4** Salida hacia la provincia de Matanzas, occidente del país.
Recorrido Panorámico por la ciudad de los puentes: Matanzas.
Visita al centro Provincial de Medicina de Deportiva.
Encuentro con especialistas. Temática: Atención médica de atletas, entrenadores y Glorias del deporte cubano.
Visita y almuerzo en las Cuevas de Bella Mar, centro turístico más antiguo de Cuba.
Salida hacia Varadero.
Visita guiada a la Mansión Xanadú, ubicada en Golf Club Varadero.
Alojamiento en Hotel en Varadero (Todo incluido).
Tarde de descanso en las Playas de Varadero.
Encuentro con miembros de un Comité de Defensa de la Revolución (CDR); organización comunitaria de vecinos.
Temática: Las actividades deportivas en la comunidad.
- Día 5** Tiempo libre para el disfrute de las playas y/o de otras opciones recreativas.
Salida del Hotel y almuerzo.
Salida hacia la ciudad de Matanzas. Visita al Estadio de Béisbol Palmar de Junco, más antiguo del mundo en funcionamiento, y escenario del primer juego oficial de béisbol en Cuba.
Regreso a La Habana.
Alojamiento en Hotel.
Cena.
Noche libre. Propuesta de actividades opcionales.
- Día 6** Visita a una Escuela de Alto Rendimiento Deportivo.
Encuentro con estudiantes, profesores y (una) figura relevante del deporte cubano.
Almuerzo en un restaurante local.
Visita al Proyecto Cultural Almacenes de San José, Centro Histórico de La Habana, muestra del actual modelo económico cubano.
Reunión de conclusión y evaluación del programa de actividades.
Cena de despedida en un restaurante local.
- Día 7** Salida del Hotel hacia el Aeropuerto Internacional José Martí.