

# 3+1 program, amivel feltöltődhetsz az év végi hajtásban

Ahogy közelednek az ünnepek, egyre jobban úrrá lesz rajtunk a gondolat, hogy mennyi mindent kell még elintéznünk és észre sem vesszük, már el is kezdődött a rohanás. Gyakran a munkában is nagy a hajtás év végén, a szürke hétköznapi estéket pedig sokan a lakás dekorálásával, bevásárlással vagy az ajándékok és a karácsonyfa beszerzésével töltik. Ilyenkor érdemes egy picit megállni, időt szakítani magunkra, hogy feltöltődjünk, és valóban élvezni tudjuk az év egyik legszebb időszakát. Az igények különbözőek: van, akit egy kellemes séta vagy a kézműves dolgok kapcsolnak ki, míg mások egy koncertsorozattal töltik újra lemerült akkumulátoraikat. A Budapest Park első téli fesztiválja, a [Winterfest](#) kapcsán most összegyűjtött 3+1 olyan programot, ami tökéletes arra, hogy segítsen ellazulni, kikapcsolódni és energiát gyűjteni a karácsonyra:

## 1. Séta a természetben

A városi nyüzsgés és a mindennapok zajának egyik legjobb ellenszere a nyugalom és a csend, amihez szerencsére nem is kell nagyon messzire menni. Egy kiadós séta vagy akár egy hosszabb túra a téli természetben nem csak energiával tölt fel, de a hideg időben végzett mozgásnak számos jótékony hatása is van. Segít levezetni a felgyülemlett stresszt, ráadásul magunk választhatjuk meg a társaságunkat. Így akár a gondolatainkkal, akár a barátainkkal, vagy a családdal indulunk útnak, szinte biztos, hogy sokkal kiegyensúlyozottabban, fizikailag jóleső kimerültséggel, de szellemileg szinte újjászületve érkezünk haza. Hogy még teljesebbé tegyük az élményt, végtagjainkat kedvenc sorozatunk nézése közben egy forró kakaó, vagy tea társaságában pihentethetjük a kanapén.

## 2. Lelazulás és wellness

Nem mindenkinek valók a csípős mínuszok; van, aki ilyen hidegben a forróságra vágyik. És hát valljuk be: mi lehetne pihentetőbb, mint lubickolni egy forró gyógyvizes medencében, vagy izzadni egy igazán kiadósat egy szaunában? Magyarország tele van remek gyógyfürdőkkel, ahol akár nagyobb társasággal, akár egymagunkban a gondolatainkkal elmerülve engedhetjük ki magunkból a fáradt gőzt. Egy ilyen nap vagy akár csak egy este után szinte garantált, hogy nemcsak testileg, de lelkileg is teljesen feltöltődünk.

## 3. Kézműves workshop

Természetesen vannak, akik sem a csípős hideget, sem a perzselő forróságot nem szeretik. Nekik szerencsére a szobahőmérsékleten végezhető programok közül is bőven lehet választani. Ha igazán ki akarunk szakadni a hajtásból, szabadítsuk fel a kreatív energiáinkat! A különféle kézműves workshopokon nemcsak csodaszép ajándékokat lehet készíteni, hanem igazán különleges élményeket is szerezhetünk. Táskák, kerámiák, tálcák, díszek, adventi koszorúk vagy akár saját készítésű csokoládék – a lehetőségek tárháza szinte végtelen. Az alkotás folyamata biztosan kikapcsol majd, a workshop végén pedig biztosan szép – és nem melleleg egyedi – tárgyakkal indulunk haza.

## +1: Winterfest - Budapest első téli fesztiválja

Ha inkább egy éjszakába nyúló zenei forgatagban adnánk ki a feszültséget, akkor a Budapest Park első téli fesztiválján van a helyünk az MVM Dome-ban december 20-án és 21-én. A nagyszínpadon olyan zenekarok lépnek fel, mint a Punnany Massif, a Margaret Island, ByeAlex és a Slepp, a

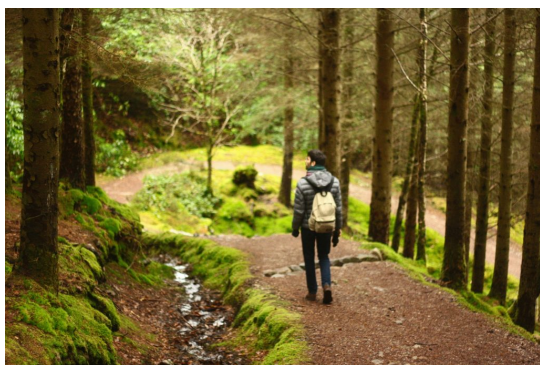
Blahalouisiana, az Elefánt, az Aurevoir, a Vad Fruttik vagy épp Ivan and the Parazol. A nagykoncertek közötti szünetekben minikoncertek és különleges vetítés is lesz, az afterpartykon pedig DJ-k és elektronikus zenei fellépők gondoskodnak a felejthetetlen hangulatról.

Részletes program és jegyvásárlás:

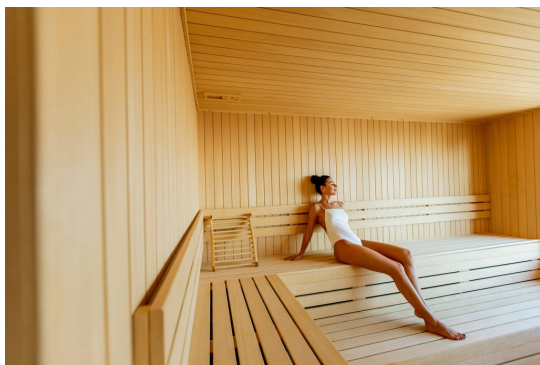
<https://www.budapestpark.hu/events/budapest-park-winterfest-12-20-12-21-mvm-dome-20241220>

Sajtókapcsolat:

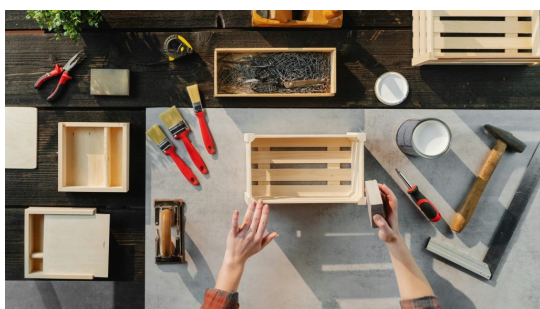
- Klausz Barbara, szenior ügyfélmenedzser
- NOGUCHI
- bklausz@noguchi.hu



© Budapest Park



© Budapest Park



© Budapest Park



© Budapest Park  
Margaret Island.



© Budapest Park  
Punnany Massif.

Eredeti tartalom: Budapest Park

Továbbította: Helló Sajtó! Üzleti Sajtószolgálat

Ez a sajtóközlemény a következő linken érhető el:

<https://hellosajto.hu/17087/31-program-amivel-feltoldodhetsz-az-ev-vegi-hajtasban/>