



IMERSÃO:

Lanú.Lab Beach House

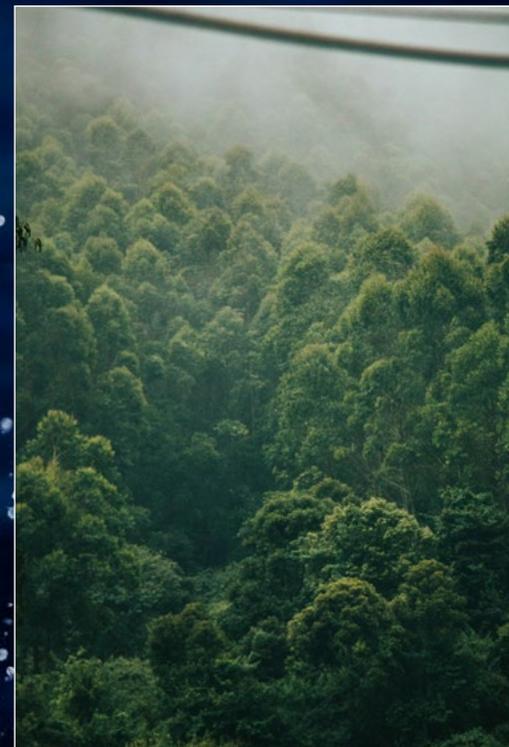
(edição Bahia)

5 DIAS DE VIVÊNCIA PRATICANDO A ROTINA DOS LANÚS
com LUCAS MALVACINI e DAVI DE CAMPOS

•
DATA:
26 A 30/11
(QUARTA A
DOMINGO)
•

• 2025 • LANÚS •

“
Disciplina é destino.



DEFINIÇÃO

O que é a imersão Lanú.Lab?

O “**Lanú.lab**” é um programa imersivo único que combina alta performance física, mental e espiritual, que, em 2025, será realizado em Serra Grande (BA), entre Ilhéus e Itacaré.

Nossa missão é conduzir os participantes a fortalecer corpo e mente por meio de hábitos saudáveis, disciplina e também praticando resiliência perante desafios.

Para isso oferecemos uma experiência exclusiva de transformação, profundamente conectada à natureza, aos elementos e à mente – e que será conduzida por **LUCAS MALVACINI** e **DAVI DE CAMPOS** ❖

Critérios e Público-alvo



LOCAL:
Casa We Love



Homens | Classe A



Que priorizem um estilo de vida saudável física, mental e emocional.



Atletas amadores ou entusiastas do bem-estar e alta performance.

Empresas que desejam proporcionar uma experiência de motivação e transformação para seus times.

COM

Davi de Campos

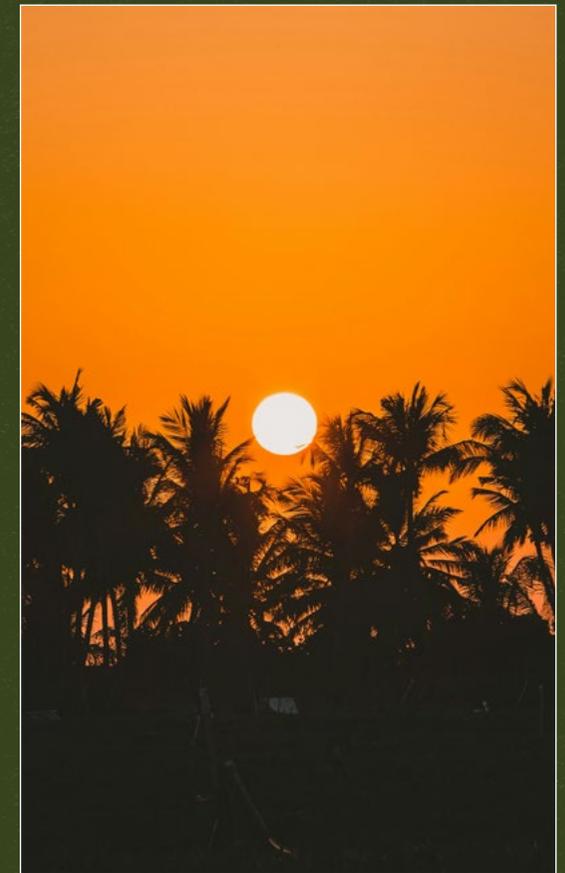
Uma referência internacional em práticas de bem-estar, com uma abordagem que combina corpo, mente e espírito.

Morando no México e com passagens por diversos países, **Davi** conduz experiências transformadoras que ajudam as pessoas a acessar seu verdadeiro potencial, unindo técnicas de respiração consciente, exposição deliberada ao frio, e mobilidade.

Fundador do **MÉTODO HEAL** e certificado pelo **MÉTODO OXYGEN ADVANTAGE**. ❖



A ROTINA DOS SANTOS



LANÚ.LAB

ATIVIDADES DA IMERSÃO



TREINOS
FULL BODY



PRÁTICA DO CONTRASTE
(GELO E SAUNA)



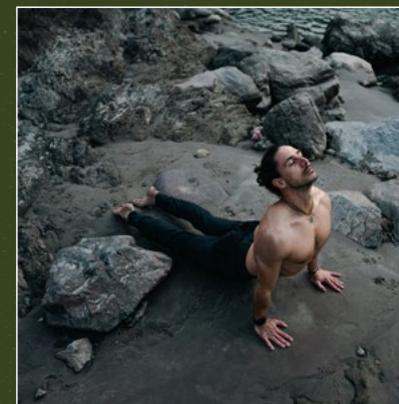
LABORATÓRIO
RUN



BREATH WORK



MEDITAÇÃO



ANIMAL FLOW

LANÚ.LAB

O QUE ESTÁ INCLUSO?



HOSPEDAGEM EM
FRENTE AO MAR
Casa We Love



TIPO DE ACOMODAÇÃO
Suítes Individuais



ALIMENTAÇÃO COMPLETA
Pensão completa
durante a estadia

→ **NÃO INCLUI**
bebidas alcoólicas



2025 • A ROTINA DOS LANÚS • 2025

LANÚ.LAB

DATAS E VALORES (por pessoa):



QUARTA A DOMINGO

→ CHEGADA: 26/11/2025

← SAÍDA: 30/11/2025



R\$ 5.990,00

À VISTA OU PARCELADO EM ATÉ 3x

(entre em contato para verificar as opções de parcelamento)

Gastos extras:

NÃO ESTÃO INCLUSOS no pacote os custos de:

- PASSAGENS AÉREAS;
- TRANSPORTE ILHÉUS - SERRA GRANDE;
- OUTROS PASSEIOS.

ACOMODAÇÕES
CASA WE LOVE

2023 • A ROTINA DOS LANTUS •



CASA WE LOVE



ROTINA DOS LANCHES

CASA WE LOVE



ROTINA DOS LANS

FAQ

2025 • A ROTINA DOS LANÚS

1

COMO SÃO AS ACOMODAÇÕES NA CASA DOS LANÚS?

- São 6 suítes na casa principal.
- Todas com ar condicionado.
- Nenhum participante dividirá quarto.
- Lembrando que a casa é pé na areia.

2

HÁ SINAL TELEFÔNICO E WI-FI DISPONÍVEL?

Sim, sinal telefônico e Wi-Fi estão confirmados. Mas a ideia é tentar usar o mínimo possível.

3

COMO FUNCIONAM AS REFEIÇÕES?

Teremos pensão completa. Café, almoço e jantar inclusos em **todo o período** da experiência.

4

O QUE É PRECISO LEVAR NA MALA?

Pouca coisa, mas recomendamos:

- Shorts.
- Roupas leves para praticar exercícios.
- Camisetas.
- Protetor solar.
- 1 par de tênis para corrida.
- Corta vento ou blusa meia-estação para a noite (provavelmente não será necessário).

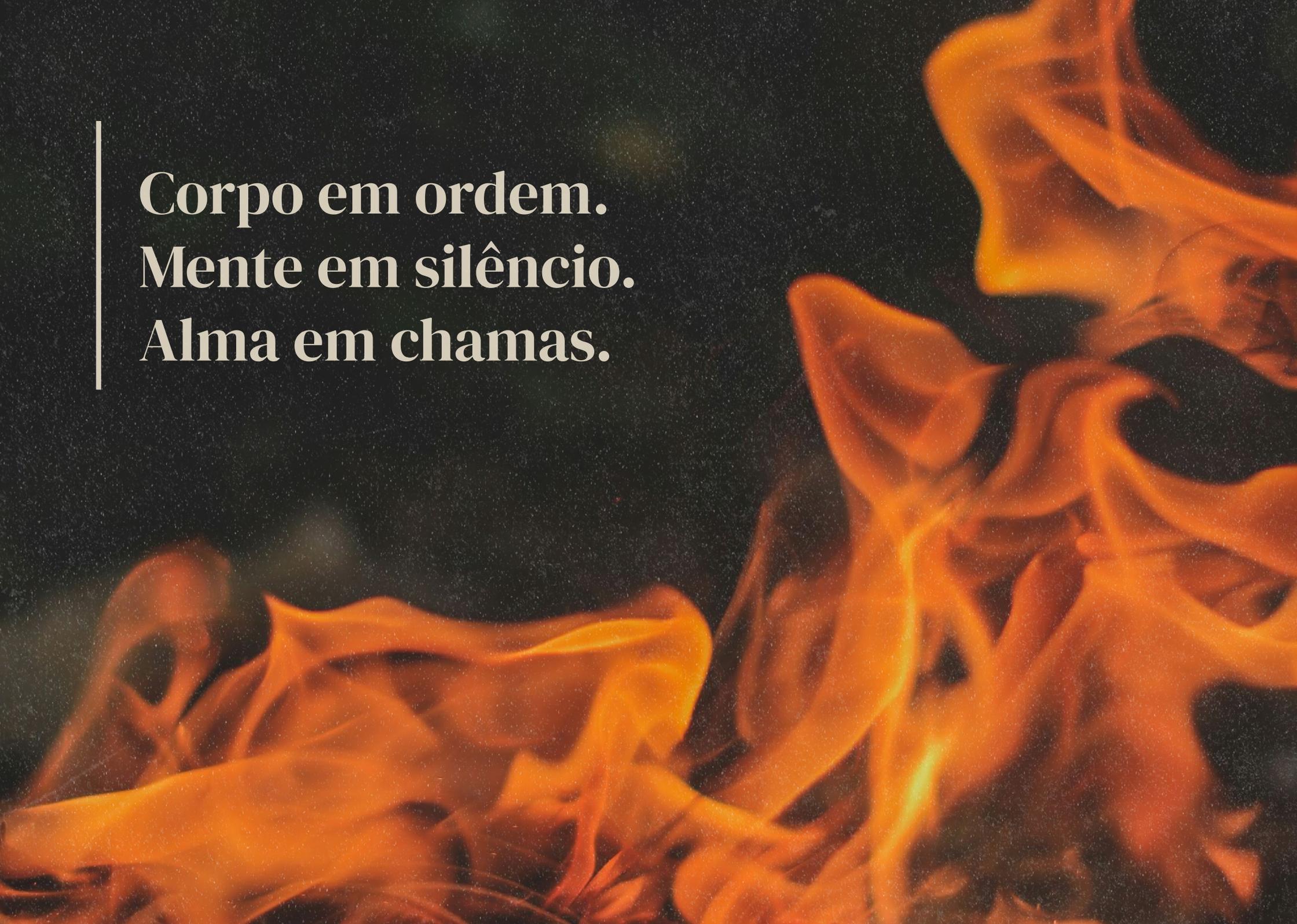
5

QUAIS CUSTOS NÃO ESTÃO INCLUSOS NO PACOTE?

NÃO estão inclusos no valor:

- Passagens aéreas
- Transporte Ilhéus - Serra Grande.

**Corpo em ordem.
Mente em silêncio.
Alma em chamas.**



PARTICIPE DA
EXPERIÊNCIA
LANÚ.LAB

Reservas:

LUCAS MALVACINI

+55 21 97102-6329 | *@lucasmalvacini*