



En el marco del equinoccio de primavera, el Estado de Yucatán ha sido escenario del *Maya Wellness Weekend*, una estrategia articulada por la Secretaría de Fomento Turístico de Yucatán, la cual reunió a cientos de participantes nacionales e internacionales en más de 25 puntos a lo largo del Estado, quienes participaron en diversas experiencias de bienestar inspiradas en la sabiduría ancestral de la cultura maya.

Durante el fin de semana, un total de 31 empresas turísticas tales como haciendas, hoteles, cenotes, centros de bienestar y distintos prestadores de servicios turísticos organizaron 50 actividades especiales para sus huéspedes y visitantes. Lo anterior se suma a una iniciativa que busca aprovechar la energía simbólica del equinoccio como un momento de renovación, equilibrio y conexión con la naturaleza.

A través de ceremonias mayas, meditaciones, prácticas de respiración consciente, *sound healing*, ceremonias de cacao y otras experiencias de conexión espiritual, los participantes vivieron momentos diseñados para impulsar el bienestar integral y así fortalecer el vínculo entre la tradición ancestral y las búsqueda contemporánea de *wellness*.



Concluye el Maya Wellness Weekend en Yucatán con un mensaje global de paz y un despertar de la conciencia

Written by Mario Gómez

Tuesday, 24 March 2026 22:19 - Last Updated Tuesday, 24 March 2026 22:26

Las actividades se realizaron en diferentes regiones de Yucatán que reflejan la profunda relación que la cultura maya ha mantenido durante siglos con los ciclos de la naturaleza y el cosmos.

Más allá de un festival, *Maya Wellness Weekend* se cristaliza como un movimiento que propone al Estado del Renacimiento Maya como un territorio para el despertar del planeta, un sitio en donde todo visitante puede reconectar consigo mismo, con la naturaleza y con la sabiduría ancestral maya para impulsar el despertar de la conciencia.

En el marco del equinoccio, las experiencias realizadas en los distintos puntos del estado enviaron un mensaje simbólico al mundo: un llamado a la paz, a la armonía y al despertar de la conciencia colectiva.

Con iniciativas como esta, Yucatán fortalece su posicionamiento dentro del Turismo de Bienestar a nivel internacional, integrando su riqueza cultural, natural y espiritual en experiencias que conectan profundamente con viajeros de todo el mundo.



Acerca de Yucatán

Yucatán es un lugar rico en diversidad de atractivos naturales, culturales y patrimoniales, más de 3 mil impresionantes cenotes, más de 100 de ellos abiertos al público y 378 km de hermosas playas de arena blanca y aguas en tonos esmeralda y turquesa, tiene una fauna amplia y variada; es la casa del flamenco rosado en México; 17 zonas arqueológicas abiertas al público, entre ellas Chichén Itzá y Uxmal de relevancia mundial, un mosaico cultural donde sobresale la cultura viva de los Mayas, ciudades coloniales, siete pueblos mágicos y mucho más. Por su vasta y exquisita oferta culinaria, en 2025 obtuvo el nombramiento como Capital Iberoamericana de la Gastronomía en Fitur. Estado de Paz, nombramiento firmado por 30 premios Nobel de la Paz en 2019 y nuestra capital, es la única en el mundo en ser reconocida

Written by Mario Gómez

Tuesday, 24 March 2026 22:19 - Last Updated Tuesday, 24 March 2026 22:26

dos veces como Capital Americana de la Cultura, también es la única ciudad de México en el Top5 de Mejores Ciudades del Mundo por Condé Nast Traveler en 2022 en la categoría de grandes ciudades. Conecta de manera directa con algunos de los principales aeropuertos del país como Ciudad de México (AIFA/ AICM), Guadalajara, Monterrey, Toluca, León, Querétaro, Tuxtla Gutiérrez, Veracruz, Villahermosa, Oaxaca y Puebla, así como tiene conexión internacional con las ciudades de Miami, Houston, Orlando, Dallas, La Habana, Guatemala y Toronto (por temporada). Para más información visita www.yucatan.travel