



Giá trọn gói

3.490.000đ

Chưa áp dụng giảm giá tùy theo chương trình.
Vui lòng liên hệ Bit để biết thêm chi tiết.

Lịch trình & Dịch vụ chi tiết

Măng Đen

Bí mật dịu dàng của đại ngàn

2 ngày 3 đêm



Đón khách: 17:30 – Khởi hành: 18:00 Thứ Sáu

Trả khách dự kiến: 5:00 Thứ Hai

tại Bến xe miền Đông cũ (sẽ thông báo chính xác trước mỗi tour)



Độ dài hành trình: 10-12 km

Hành trình nhẹ nhàng đầy năng lượng!



Độ khó: 2/5

Không quá khó



Thiên nhiên bán hoang sơ

Nên đi ít nhất 1 lần/tháng



Cắm trại

Tại khu vực
camping riêng biệt



Tất cả các bữa ăn

2 bữa sáng + 3 bữa chính



Xe giường nằm

Xe 40 giường



HDV + Đội hậu cần

Từ TP.HCM và địa phương

fact:

Rừng nguyên sinh – trạm sạc năng lượng thiên nhiên, nơi
tâm hồn được nghỉ ngơi và hồi sinh!

www.bitour.vn
0906.322.068

Đặt chỗ

bitour



Lịch trình & Dịch vụ chi tiết

*Chuyến đi nạp đầy
năng lượng không thể bỏ lỡ !*

Măng Đen

Bí mật dịu dàng của đại ngàn

Nằm sâu giữa đại ngàn Tây Nguyên, Măng Đen vẫn là một vùng đất lặng lẽ – nơi thiên nhiên còn nguyên sơ như chưa từng được gọi tên. Nơi ấy không quá xa Kon Tum, nhưng đủ tách biệt để bạn rời khỏi nhịp sống vội vàng và bước vào một thế giới chậm rãi, đầy bí ẩn và thi vị.

Bitour mời bạn bước vào hành trình mới – bắt đầu từ làng Kon Tu Ma, một ngôi làng nhỏ nép mình bên núi, nơi những mái nhà sàn cũ kỹ vẫn còn mùi khói bếp, và tiếng nói cười vang vọng từ sâu trong rừng. Từ đây, bạn sẽ đi qua Kho Lúa, con suối vắt ngang đường, và cây cầu tre mong manh như nối liền hai thế giới – giữa cái thực và cái mơ.

Cung đường đưa bạn chìm dần vào rừng – nơi ánh nắng rơi rớt từng tia qua tán lá dày, nơi mùi cỏ ẩm, lá mục và hương gỗ lặng lẽ bao phủ quanh từng bước chân. Bến tàu cũ, đập nước lặng, mặt hồ phẳng như gương – mọi thứ ở đây đều mang vẻ hoài cổ, trầm mặc, như một bí mật thiên nhiên đang được giữ gìn qua hàng thế kỷ.

Trên hồ thủy điện Thượng Kon Tum, bạn sẽ chèo SUP len lỏi giữa menh mông nước, hai bên là triền rừng hoang vu, lau sậy rì rào và những vách đá chưa có tên. Chuyến chèo kéo dài, không gấp, không ồn ào – để bạn đủ thời gian cảm nhận được cái tĩnh của mặt nước, cái rộng của bầu trời, và cái sâu của tâm hồn.

Bitour dẫn bạn đến một khu cắm trại riêng biệt, ẩn mình giữa rừng, nơi không có sóng điện thoại, không ánh đèn, chỉ có tiếng gió, tiếng lá, tiếng lửa nổ lách tách và bầu trời đêm đầy sao. Tại đây, mọi người cùng dùng bữa tối, cùng nhau kể chuyện, cùng lặng nghe tiếng thì thầm của thiên nhiên.

Trên hành trình, bạn sẽ đặt chân đến Thác Tiên – dòng thác ẩn sâu trong núi, trắng xóa và dịu dàng như một dải lụa trời bị lãng quên. Và rồi, bạn sẽ chạm vào Rừng Lặng – một khu rừng đặc biệt, nơi cây cối khô cằn, trơ trụi, nhưng mang một vẻ đẹp rất khác, rất tĩnh.

Măng Đen không phải nơi để “check-in”, cũng chẳng phải nơi để chinh phục. Đó là nơi để thả lỏng, để biến mất khỏi thế giới một chút, để lắng nghe bản thân nhiều hơn. Một nơi vẫn còn bí ẩn, vẫn chưa nhiều người biết đến, và vẫn giữ được vẻ hoang sơ như thể đang đợi chính bạn đến chạm nhẹ một lần.

www.bitour.vn
0906.322.068

[Đặt chỗ](#)

bitour 

Trải nghiệm Không thể bỏ qua

Măng Đen
(Kon Tum)



Thiên nhiên và thời tiết tuyệt vời

Măng Đen – được ví như Đà Lạt thứ hai với rừng thông bạt ngàn và không khí mát lành của cao nguyên. Chỉ một chuyến xe, bạn đã bước sang một thế giới thời tiết hoàn toàn khác, bạn sẽ nghiệm cảm giác này!



Bản làng bình yên, tiếng cười trẻ thơ giữa đại ngàn và Tủ Sách Cho Em

Những bản làng nhỏ nép mình giữa núi rừng xanh biếc, lũ trẻ hồn nhiên nô đùa, đôi mắt trong veo. Hành trình sẽ ý nghĩa hơn khi chúng ta có thể cùng nhau xây dựng cho các em một thư viện nhỏ.



Khám phá Thác Tiên

Điểm độc đáo của Thác Tiên không phải là sự hùng vĩ mà là dòng nước từ đỉnh núi chảy thẳng xuống lòng hồ như dải lụa mềm mại. Mặt hồ xanh biếc phản chiếu bầu trời, rừng cây và những tia nắng sớm, tạo nên một khung cảnh nên thơ, yên ả.



Khu Rừng Lặng đầy huyền bí

Những thân cây khô trụi vươn mình lên khỏi mặt nước, tạo nên khung cảnh vừa huyền bí vừa siêu thực. Rừng Lặng lặng lẽ kể lại câu chuyện của thiên nhiên. Nơi đây không ồn ào, chỉ có sự tĩnh mịch đến rợn ngợp, khiến mỗi bước chân như chạm vào ranh giới giữa thực và mơ.



CHỈ CÓ TẠI BITOUR!

Silent Walk

Trải nghiệm đi bộ giữa rừng trong sự yên lặng để các giác quan của bạn được thư giãn và kết nối với thiên nhiên. Bạn sẽ nghe rất nhiều thanh âm từ rừng, ngắm nhìn màu sắc, ánh sáng, chuyển động, ngửi mùi cỏ lá, chạm vào cây để cảm nhận sự sống, nếm cái không khí trong lành...Hãy thử trong hành trình này và chia sẻ cùng những người bạn đồng hành trong đêm lửa trại và chia sẻ cho cả Bi nữa nhé!

Trải nghiệm Không thể bỏ qua

Măng Đen
(Kon Tum)



Chèo sup giữa mây trời

Trên chiếc SUP lướt nhẹ giữa lòng hồ trong vắt, bạn như trôi giữa mây trời và rừng núi. Không cần vội vã, chỉ cần thả lỏng, thở chậm và cảm nhận từng khoảnh khắc bình yên giữa thiên nhiên hoang sơ.



Workshop Dược Liệu Thiên Minh

Măng Đen nổi tiếng với các loại dược liệu quý hiếm, nhưng để trồng, chăm sóc, thu hoạch và chế biến được những sản phẩm chất lượng, tất cả đều phải tuân theo nhịp điệu tự nhiên, rất tỉ mỉ và gian nan. Tham gia workshop, bạn không chỉ tìm hiểu về công dụng, cách chế biến mà còn cảm nhận được sự gắn kết giữa con người và thiên nhiên, học cách tôn trọng từng bước nhỏ để thu hoạch được “tinh túy” từ đất rừng.



CHỈ CÓ TẠI BITOUR!

Măng Đen – nơi hội tụ Rừng, Hồ, Suối, Thác trong một bản hòa ca của thiên nhiên

Hiếm nơi nào như Măng Đen, nơi mà chỉ trong một hành trình bạn có thể băng qua rừng sâu tĩnh lặng, lướt nhẹ trên mặt hồ trong veo, men theo dòng suối róc rách và đứng lặng trước thác nước đổ trắng xóa. Tất cả hòa quyện thành một bản giao hưởng thiên nhiên đầy sống động, khiến mỗi bước chân đều trở nên đáng nhớ.



Chill tại bãi camp riêng biệt bên hồ

Giữa rừng xanh tĩnh lặng, bãi camp riêng biệt của Bi là nơi lý tưởng để bạn thả mình vào thiên nhiên. Dừng lại, nằm dài ngắm trời mây, nhâm nhi ly trà ấm, nghe tiếng gió và tiếng suối róc rách – mọi thứ đều chậm lại, nhẹ nhàng và an yên đến lạ. Một trải nghiệm “chill” thật sự, dành riêng cho những ai muốn tìm về sự bình yên nguyên bản.



Chạm vào hồn đất – ẩm thực và văn hóa bản địa Măng Đen

Ẩm thực Măng Đen mộc mạc mà đậm đà hương vị núi rừng, không chỉ món ăn mà còn cảm nhận được nếp sống giản dị, lòng hiếu khách và sự gắn kết bền chặt của cộng đồng bản địa. Văn hóa nơi đây không phô trương, nhưng lặng lẽ chạm vào tim người, như chính hơi thở của núi rừng.

Lịch trình Chi tiết

Măng Đen
(Kon Tum)

NGÀY 1: TP.HCM - MĂNG ĐEN (KON TUM)

- 17:30: Xe và hướng dẫn viên đón bạn tại Bến xe miền Đông cũ.
- 18:00: Xe khởi hành đúng giờ, do đó bạn nhớ tranh thủ, đặc biệt thời điểm thường kẹt xe vào buổi chiều. Bến xe có điểm giữ xe qua đêm.

NGÀY 2: SILENT WALK – KẾT NỐI THIÊN NHIÊN

- Sau bữa sáng, bạn bắt đầu chuyến đi bộ xuyên rừng từ làng Kon Tu Ma, men qua kho lúa, con suối Cầu Tre trong vắt, nơi mùa lúa thay áo xanh mượt hay vàng óng. Con đường đưa bạn băng qua đập nước, bến tàu nhỏ, rồi dần mở ra khu rừng nguyên sinh đầy tĩnh mịch. Cây cầu treo là điểm bắt đầu lý tưởng, nơi bạn có thể dừng lại một chút ngắm cảnh ruộng lúa trải dài, dòng suối uốn lượn, chảy xen giữa những phiến đá khổng lồ và rừng già xanh ngát. Đây cũng là nơi để chụp những bức ảnh đẹp như tranh vẽ, lưu giữ khoảnh khắc giữa thiên nhiên hoang sơ.
- Rừng Tây Nguyên mang một cảm giác rất riêng, tán cây cao vút, không khí mát lạnh, tiếng chim vang khắp nơi. Đi vào ngày nắng, ánh sáng đùa nghịch trên từng tán lá. Nếu may mắn có cơn mưa bất chợt, bạn sẽ thấy mùi đất, mùi lá, mùi của thiên nhiên ngập tràn trong không khí. Những anh chị thể hệ 7X, 8X và cả 9X có lẽ sẽ nhớ lại cảm giác tắm mưa ngày còn bé. Sau đó, một buổi trưa dã chiến bên bờ suối với những món ăn dân dã sẽ giúp bạn tiếp thêm năng lượng cho hành trình tiếp theo.
- Đến hồ, bạn lên tàu ngắm rừng từ mặt nước, bầu trời rộng đến vô tận. Rồi ghé Thác Tiên – dòng thác đổ từ núi xuống mặt hồ trong xanh, uyển chuyển và quyến rũ như một nàng Tiên. Tận hưởng âm thanh nước chảy, nhìn mặt hồ xanh biếc phản chiếu núi rừng và bầu trời, cảm giác bình yên, tĩnh tại len lỏi vào từng khoảnh khắc.
- Từ Thác Tiên, con đường đưa bạn về khu trại nằm bên bờ hồ, như một bán đảo nhỏ nhô ra giữa mặt nước, chỉ có rừng, trời và sóng vỗ. Nếu chưa từng ngủ lều, cảm giác ấy sẽ gợi mở nhiều điều rất mới. Còn nếu đã từng, chắc bạn sẽ nhớ lại cái khoảnh khắc thả lưng xuống sau một ngày dài, mệt nhưng rất dễ chịu. Buổi tối, mọi người ngồi quanh lửa, nhìn ngọn lửa bập bùng, thưởng thức những món ăn dân dã, rồi trò chuyện cùng nhau. Những khoảnh khắc yên tĩnh và ấm áp như thế, Bi tin, sẽ giúp bạn xoa dịu tâm hồn, nghe rõ mình hơn, và cả những câu chuyện từ những người đồng hành.

Lịch trình Chi tiết

Măng Đen
(Kon Tum)

NGÀY 3: SUP, WORKSHOP DƯỠC LIỆU, TỦ SÁCH CHO EM

- Sáng sớm, thức dậy đón mình mình ló dạng từ rừng, mặt trời nhô lên trên mặt hồ trong veo, ánh sáng rực rỡ nhưng dịu dàng, tùy thời tiết bạn còn có thể thấy những dải mây vờn trên đỉnh núi nhiều tầng lớp. Không gian buổi sáng tĩnh lặng, không vội vã như ở phố thị, chỉ còn gió nhẹ, hơi nước và tiếng chim rộn rã. Cùng nhau thưởng thức bữa sáng và nhấp ngụm cà phê, bạn sẽ thấy tâm hồn mình chậm lại, dễ chịu và sẵn sàng cho một ngày mới.
- Bạn sẽ được làm quen với SUP trước khi tự mình khám phá hồ như chuẩn bị SUP, các tư thế chèo và cách giữ thăng bằng. Rồi từ khu trại, bạn sẽ chèo SUP lướt nhẹ giữa lòng hồ, nhìn rừng Lặng từ góc nhìn hoàn toàn khác – tất cả cây cối, màu nước và ánh sáng hòa quyện như một bức tranh sống động. Cảm giác tự mình điều khiển SUP, chạm vào nước, tận hưởng không khí mát mẻ từ lòng hồ là một trong những trải nghiệm vô cùng thích thú của chuyến đi.
- Hành trình tiếp nối khi bạn tiếp tục trekking tới Thác Khỉ. Con thác không quá hùng vĩ nhưng phân tầng rất đẹp và rất đổi thơ mộng. Ngâm chân dưới dòng nước mát, bạn sẽ có cảm giác như bao mỗi mệt, muộn phiền đều trôi đi cùng dòng chảy. Và hãy thử “Silen walk“, một chuyến đi bộ ngắn trong yên lặng cùng nhau nhé!
- Buổi trưa, Bi cùng bạn về Homestay Thiên Minh, nơi chủ nhà đặt nhiều tâm huyết phát triển dược liệu quý như nhân sâm, mật ong và nhiều sản vật từ thiên nhiên. Buổi Workshop dược liệu giúp bạn khám phá thêm kiến thức và trải nghiệm văn hóa địa phương. Homestay cũng nằm ngay gần làng đồng bào, nơi Bi kết hợp cùng xây dựng Tủ sách cho em. Bạn có thể mang sách, đồ dùng học tập, truyện tranh, trò chơi nhỏ để tạo nên thư viện cho các em chủ yếu cấp tiểu học. Sự tiếp sức của bạn, từng chút một sẽ giúp các em nhỏ có một Thư viện để học tập.
- Chiều xuống, cả đoàn trở về thị trấn Măng Đen, trở về lại thành phố Hồ Chí Minh. Đoàn di chuyển bằng xe giường nằm, dự kiến sáng sớm về lại thành phố để bạn có thể kịp quay trở lại với công việc và bắt đầu ngày mới.

Lưu ý:

Lịch trình có thể thay đổi theo điều kiện thời tiết hoặc trường hợp bất khả kháng để đảm bảo tối đa an toàn cho khách hàng.

Dịch vụ Chi tiết

Măng Đen
(Kon Tum)

DỊCH VỤ BAO GỒM:

- Đội ngũ hướng dẫn viên chính dẫn đoàn từ TP.Hồ Chí Minh và xuyên suốt hành trình. Các bạn sẽ là người dẫn đoàn chính.
- Đội ngũ hướng dẫn bản địa (thường là người địa phương) hỗ trợ suốt tuyến.
- Đội hậu cần tại địa phương chuẩn bị lều trại, các bữa ăn và các trải nghiệm.
- Cameraman chụp ảnh xuyên suốt hành trình.
- Khu vực lều trại với lều chống gió mưa tiêu chuẩn, 2 lớp chống côn trùng, trang bị tấm cách nhiệt, mền, gối, khu vệ sinh, khu vực ăn uống, lửa trại...(tùy theo từng địa điểm sẽ có các thiết kế khác nhau phù hợp địa hình và trải nghiệm).
- Các bữa ăn trên hành trình: 5 bữa ăn (Thứ bảy bao gồm 3 bữa ăn sáng, trưa, tối thứ bảy và chủ nhật bao gồm 2 bữa ăn sáng, trưa).
- Trạm tiếp nước suốt hành trình (khuyến khích bạn mang theo chai nước cá nhân).
- Xe giường nằm các hãng lớn, chạy theo tuyến.
- Đội ngũ có kỹ năng cứu nạn và các loại thuốc, y tế phù hợp từng cung đường
- Bảo hiểm du lịch tối đa 30,000,000đ/khách

DỊCH VỤ CHƯA BAO GỒM:

- Ở riêng: 1 lều/350k (Bi khuyến khích bạn ở chung lều, trừ các lý do cá nhân đặc biệt cần ngủ riêng).
- Các bữa ăn trên xe giường nằm tại các trạm dừng chân.
- Chi phí bồi dưỡng cho đội ngũ phục vụ như hướng dẫn viên, đội hậu cần của Bitour. Nếu bạn cảm thấy hài lòng đừng quên khích lệ nhé, đó sẽ sự động viên và ghi nhận giúp các bạn tiếp tục với đam mê của mình

Bạn nên đi cùng Bi vì...

- Vì đây là hành trình hội tụ tất cả vẻ đẹp của thiên nhiên: rừng già, suối trong và thác và hồ nước thơ mộng giúp thư giãn mọi giác quan. Với hơn 10 năm trong ngành, Bi hiểu rằng điều quan trọng nhất chính là người đồng hành: những bạn đồng hành văn minh, tôn trọng nhau và không ồn ào, để chuyến đi trở thành trải nghiệm thật sự yên tĩnh và sâu lắng.
- Triết lý của Bi thuận là theo tự nhiên, Bi cố gắng tạo ra không gian nhiều im lặng, tôn trọng riêng tư, kết hợp với ẩm thực bản địa, trải nghiệm và sinh hoạt, để bạn cảm nhận được nhịp điệu thật sự của vùng đất này.
- Bãi cắm trại riêng biệt bên bờ hồ, lều trại sạch sẽ, và mọi bữa ăn, nước uống được chuẩn bị chu đáo. Cameraman đồng hành sẽ giúp bạn lưu giữ những khoảnh khắc đẹp.
- Tham gia cùng Bi, bạn còn góp phần vào chương trình Bitour Care, mang giá trị tích cực trở lại cộng đồng, để mỗi hành trình không chỉ là trải nghiệm cá nhân mà còn có ý nghĩa với xã hội.

Lời nhân từ Bi's Founder

Một buổi chiều lang thang ở thư viện, khi vô tình lật giở cuốn sách ảnh “Mê Kông Ký Sự”, dòng sông trải rộng giữa thiên nhiên hoang sơ ngay lập tức choáng lấy tâm trí tôi. Tuổi thơ ở vùng cao nguyên đầy nắng gió chợt ùa về. Ngay trong khoảnh khắc đó, tim tôi có một tiếng “ting” nhỏ. Và thế là 2012, Bitour ra đời.



Nguyễn Ngọc Thư

Thạc sĩ Xã hội học – ĐH KHXH & NV (HCMC)
Cử nhân Kinh doanh Quốc tế – ĐH Metropolia (Helsinki)

Tôi bắt đầu là công ty tiên phong đầu tiên ở Việt Nam tổ chức tour cho người độc thân về thiên nhiên khiến người ta dễ “tức cảnh mà sinh tình”. Rồi sau chuyến đi bộ xuyên rừng Tà Năng Phan Dũng, tôi quyết định mở rộng Bitour thành các chuyến trải nghiệm thiên nhiên bởi tôi nhận ra rằng vào rừng mọi người lại kết nối một cách tự nhiên hơn.

Quan sát nhiều khách hàng đi xuyên rừng gần 20 cây số từ sáng sớm đến chiều mới về đến khu trại trên đồi cao lẽ ra phải vất kiệt sức con người ta, thế mà ngạc nhiên làm sao, tôi thấy mọi người dường như tươi trẻ ra, vui vẻ hơn và tràn đầy sinh khí.

Đó là điều khiến tôi phải ngẫm nghĩ!

Tôi học ngành xã hội học, thế nên bất kỳ điều gì tác động đến con người đều nằm trong sự quan tâm của tôi, đặc biệt là mối liên hệ giữa con người và thiên nhiên.

Sinh ra ở Tây Nguyên, nên thật tình mà nói, tôi và bạn bè đã bắt đầu “trekking”, “hiking” băng rừng, vượt suối, thác từ hồi còn nhỏ xíu. Thiên nhiên vốn chẳng có gì xa lạ và chúng tôi cũng có một tuổi thơ hoàn toàn khỏe mạnh, hạnh phúc nhờ sống trong bầu không khí trong lành giữa những cánh rừng già ấy. Thế nhưng về mặt khoa học, có sự liên quan gì giữa thiên nhiên và sức khỏe, hạnh phúc của con người không? Hay đó chỉ là những “cảm giác thoải mái” đơn thuần?

Tôi quyết tìm hiểu sâu hơn, đặc biệt là sau cơn đau đầu khủng khiếp kéo dài không ngừng nghỉ một giây phút nào trong suốt 4 tháng. Tôi bắt đầu từ Nhật Bản, Hàn Quốc đến Mỹ và các nước Bắc Âu. Rõ ràng là có rất nhiều hướng nghiên cứu khác nhau nhưng tất cả đều đưa đến cùng một kết luận: thiên nhiên có tác động tích cực, rõ ràng và hoàn toàn đo đếm được đến sức khỏe tinh thần và thể chất của con người.

Rồi tôi quay trở lại Phương Đông, quay trở lại nơi tôi sinh ra, quay trở lại với chính mình. Và từ trong tĩnh lặng, tôi đã ngộ ra rằng con người cuối cùng cũng là một phần của tự nhiên. Hầu hết những vấn đề mà chúng ta đang gặp phải đều do sống trái tự nhiên, trái với bản tính của con người. Chính tôi, khi bắt đầu rời quê nhà sống ở thành phố, nơi thiếu vắng thiên nhiên cũng đã gặp không ít vấn đề về sức khỏe và những rối ren khác.

Lời nhắn từ Bi's Founder



Vì thế tôi tin rằng “chỉ cần sống thuận tự nhiên thì mọi thứ sẽ tự nhiên thuận.” Bitour, chúng tôi đã không còn là công ty bán những chuyến đi trải nghiệm nữa. Chúng tôi đã đi xa hơn trên con đường của mình. Con đường giúp mọi người kết nối với thiên nhiên để chúng ta sống khoẻ mạnh và hạnh phúc hơn.

Con đường đó cũng đưa tôi đến Phần Lan, nơi từ nhỏ tôi hằng ao ước được đặt chân đến. Phần Lan là đất nước hạnh phúc nhất thế giới dựa trên lối sống yêu, tôn trọng và gần gũi thiên nhiên. Tôi đã trải nghiệm điều đó khi sống giữa Helsinki, thủ đô len lỏi giữa những cánh rừng rộng lớn.

Tôi tin rằng, hành trình này chỉ là điểm bắt đầu của những chuyến “đi để trở về” giúp tôi cùng với các cộng sự của mình, những người có chung tình yêu thiên nhiên làm được những điều mà chúng tôi đang khao khát.

Du lịch không đơn thuần chỉ là những chuyến đi. Du lịch là cách chúng ta quay trở lại với nguồn cội của mình, hiểu rõ bản thân, kết nối tự nhiên để từ đó sống lành mạnh hơn, khoẻ mạnh hơn, hạnh phúc hơn.

Tôi xin chân thành cảm ơn tất cả những quý nhân, những cộng sự, đối tác, các bạn đồng nghiệp, khách hàng đã luôn ủng hộ đồng hành cùng Bitour, cảm ơn gia đình đã luôn yêu thương tôi.

Hẹn sớm gặp bạn trong những chuyến đi về với thiên nhiên cùng nhau!

Bằng tất cả sự tôn trọng từ tận con tim,

Nguyễn Ngọc Thư

Bao nhiêu thiên nhiên là đủ cho cuộc sống khoẻ mạnh?*



(*) Theo Bộ Y tế Hoa Kỳ



Thiên nhiên gần nhà

Vườn cây, công viên nhỏ,... với không khí trong lành gần nhà của bạn.

Liều lượng: 30 phút/ngày



Thiên nhiên bán hoang sơ

Vườn quốc gia, hồ nước, sông ngòi, thiên nhiên yên bình với rất ít sự tác động từ cuộc sống thành thị.

Liều lượng: 1 cuối tuần/tháng



Thiên nhiên thành phố

Công viên cây xanh, thiên nhiên rộng lớn với ít sự tác động từ cuộc sống đô thị.

Liều lượng: 2 giờ/ tuần.



Thiên nhiên hoang sơ

Thiên nhiên hoang dã, khu bảo tồn thiên nhiên, vườn quốc gia, suối thác,... không bị tác động bởi cuộc sống thành thị.

Liều lượng: 2 lần/ năm.

www.bitour.vn
0906.322.068

bitour



Hẹn sớm gặp bạn

trên những chuyến đi
về với thiên nhiên
cùng nhau!

Đặt chỗ



www.bitour.vn
0906.322.068

bitour

Back
to nature