

# Кофейный маршрут

Тем, кто пьет по утрам чай, этого не понять. Это путешествие, насквозь пронизанное ароматом кофе – погружение в тропический рай для кофеманов, во время которого вам предстоит продегустировать разные его сорта, познакомиться с процессом его производства, а также с богатой флорой и фауной кофейного региона Мексики.

## День 1

Когда в Европе появились чай и кофе, было много дискуссий об их пользе и вреде, и тогда, один из королей приказал провести «опыт». Двум братьям-близнецам, осужденным на смертную казнь, заменили приговор на пожизненное заключение, но с обязательным условием — одному из них ежедневно и неоднократно будут давать большую порцию кофе, а другому — чая. Два профессора медицины наблюдали за состоянием здоровья заключенных и ждали, кто из них первый заболеет и умрет. Тогда бы они смогли установить, какой из напитков более вредный — кофе или чай. Ожидать пришлось долго. Сначала умер один профессор, потом другой. Король был убит, а оба кандидата в покойники продолжали спокойно попивать свои «смертельные» дозы чая и кофе. Наконец первым умер тот, который пил чай, но в возрасте... 83 лет.

Прилет в Мехико, встреча в аэропорту. Трансфер в отель NH Centro historico 5\* или аналогичный.

## День 2.

Чашка кофе не только возвращает бодрость, но и улучшает память, особенно у пожилых. К такому выводу пришли ученые из университета Аризоны, проведя эксперимент в группе людей старше 65 лет. Они тестировали способности к запоминанию в 8 часов утра и в 16.00. В обоих случаях участники выпивали по чашке кофе, только одни с кофеином, другие без. Выяснилось, что при употреблении обычного кофе память к вечеру не снижалась.

Обзорная экскурсия по историческому центру города.

Трансфер в аэропорт. Вылет в Тапачулу.

Трансфер на кофейное поместье «Гамбург», которое было основано немецкой семьей в 1888 году. На его плантациях выращивается кофе «Арабика», сбор урожая приходится на период с октября по январь. Поместье находится в одной из самых высоких зон гор Сьерра Мадре Чиапаса и вечером можно наблюдать необыкновенное явление, называемое «лес из тумана», добавляющее магический штрих очарованию этого места. Ночуем в домиках в деревенском стиле в поместье «Гамбург».

## День 3.

Мы прекрасно знаем, что со временем под воздействием кислорода железо ржавеет. Похожее действие на наш организм оказывают свободные радикалы кислорода. Антиоксиданты (или антиокислители) нейтрализуют свободные радикалы, тем самым защищая здоровые клетки организма. Чем больше антиоксидантов, тем прочнее защита. В одной чашке кофе содержится около 1000 мг антиоксидантов. А это 1/4 дневной нормы.

Утром - осмотр поместья и маленького музея, во время которого вас будет окутывать облако насыщенного кофейного аромата.

После обеда – переезд на самое большое поместье региона «Арговия», основанное швейцарской семьей в 1880 году. Во время его осмотра, мы познакомимся с процессом производства кофе, увидим все стадии трансформации кофейного зерна в конечный продукт, готовый к употреблению.

Вечером нас ждет церемония в индейской бане Темаскаль, массаж со специальными маслами, горячими камнями и лимонный чай. В состоянии полного релакса отправляемся спать. Ночуем на поместье Арговия.

#### День 4.

Результаты закончившихся в США, Японии и некоторых странах Европы длительных исследований показали: у тех, кто пьет 5 и более чашек кофе в день, меньше риск диабета и болезней сердца. Кофеманы реже страдают от камней в почках и желчном пузыре, подагры, возрастной потери памяти и даже от... венерических болезней.

Утром просыпаемся рано, чтобы не пропустить возможность понаблюдать за птицами и встретить первые лучи солнца, проникающие сквозь горы на горизонте.

Затем отправляемся на джипе или спортивных велосипедах(выберите что более подходит) в джунгли, где в течении 1.5 часа сможем познакомиться с флорой и фауной региона(в зоне обитает более 150 видов птиц) и в конце приедем на смотровую площадку, откуда можно увидеть вулкан Токана! После – переезд в Тукстлу Гуттиерез. Ночь в отеле Crowne Plaza Tuxtla Gutierrez 5\*

#### День 5.

Доказанным считается факт, что серотонин, называемый гормоном счастья, который содержится в кофе, служит хорошим антидепрессантом. Выпивая всего две чашки кофе в день, вы сможете в три раза снизить риск появления депрессии.

Трансфер в аэропорт. Перелет в Канкун.

Трансфер в выбранный отель в Канкуне или на Ривьере Майя.

**Стоимость программы по запросу на [open-up@openup.travel](mailto:open-up@openup.travel)**