

CHECKLIST 2

Vuelo + Llegada a Destino

Modo "Aterrizaje Mental"



Al Sentarte (30 segundos)

- Documentación + móvil (celular) + auriculares: a mano
- Cinturón abrochado (sin dramas)
- Equipaje bien colocado (recuerda: espacio compartido)

Durante el vuelo

- Hidrátate (el avión reseca más de lo que parece)
- Turbulencias: si se enciende la señal, te quedas sentado
- Baño / servicio: evita levantarte en descenso o con cinturón encendido
- Antes de aterrizar: revisa bolsillo delantero (móvil, pasaporte...)

Llegada (plan B sin estrés)

- Si facturaste: mira pantallas y cinta correcta
- Si tu maleta no aparece: mostrador incidencias + resguardo equipaje
- Primeras 2 horas: transporte decidido + conectividad + dinero
- Jet lag (si aplica): no te peles con tu cuerpo el primer día