



YOGA CONSCIENTE

El YOGA CONSCIENTE va más allá de una postura bonita.

Es una manera de vivir, en la que nos permitimos conectar con nuestra esencia. Dirigirnos hacia ese estado en el que todos queremos habitar, un estado de quietud mental, de sosiego, de armonía, de paz interior, donde todo está en calma.

No importa tu condición física, ni tu edad. Las embarazadas y las personas mayores también disfrutan de este yoga. Sólo importa lo que sucede dentro de ti.

Permítete este espacio de disfrute y de conexión contigo.

QUÉ NECESITAS

Tenemos de todo,
pero puedes traer
lo que quieras

HORARIO

Lunes y miércoles de 18.00 a 19.30
Martes y jueves de 20.00 a 21.30
Martes y jueves de 9.30 a 11.00

PRECIO

45 €/mes
7 €/clase



MEDITACION GUIADA

Meditar es el arte de escucharse en el silencio. Es la sabiduría de la concentración para despertar la consciencia, y poder disfrutar de la belleza que está en nuestro interior y en lo que nos rodea para vivir de forma plena.

Es la auténtica medicina q nos permite sanar nuestro cuerpo, nuestra mente y nuestra alma. Te invito a que me acompañes en este camino, desde esta experiencia te ayudaré a interpretar toda la información que recibas del universo para que puedas ir sanando poco a poco tus heridas internas y poder vivir desde tu esencia.

QUÉ NECESITAS

Ropa cómoda

HORARIO

Martes: 17.30 a 19.00

Miércoles: 20.00 a 21.30

PRECIO

30 €/mes



CONSTELACIONES FAMILIARES

Son una herramienta terapéutica que identifica patrones perjudiciales e inconscientes que se establecen en una familia.

Permite reinterpretar esos patrones familiares q se reproducen de forma inconsciente y poder encontrar soluciones a esos conflictos.

Las constelaciones, pretenden despertar los sentidos y emociones interiores para poder gestionarlos y reconciliarse con uno mismo.

Una herramienta potente, q ayuda a conocerse, perdonarse y liberarse de cargas emocionales.

QUÉ NECESITAS

Ganas de sanar

HORARIO

A convenir

PRECIO

50 €/sesión
25 € acompañante



ORIENTACIÓN Y ACOMPAÑAMIENTO

Terapia orientativa para personas que estén pasando por procesos de duda, la indecisión, inquietud, desasosiego o malestar interior.

Es una terapia dinámica y puntual en la que te ofrecemos las herramientas necesarias para recuperar tu bienestar.

Pregúntanos, no tienes que vivir tu proceso actual sól@.

QUÉ NECESITAS

Ganas de sanar

HORARIO

A convenir

PRECIO

27 €/sesión
Duración: 1'5 h



EL ARTE DE AMAR LA GUITARRA

Son clases de guitarra enfocadas a conectar con el verdadero disfrute de tocar. Tradicionalmente se ha pretendido enseñar a tocar un instrumento desde la obligación, la rigidez, la perfección, y el tratar de ser mejor que otros o demostrar algo a alguien.

Por fin nos olvidamos de todo esto y descubrimos, con los ojos de un niño que juega, una relación íntima con el instrumento. La guitarra se convierte entonces en nuestra herramienta para expresar lo que hay dentro de cada un@, simplemente para disfrutar.

Sólo consiste en eso, disfrutar tocando.

QUÉ NECESITAS

Tus ganas de disfrutar y tu guitarra. Si no tienes, te dejamos una.

HORARIO

Consulta nuestros horarios grupales e individuales

PRECIO

Grupal: 30 €/mes
Individual: 15 €/clase



REIKI

El Reiki es una terapia que consiste en transmitir la energía que fluye en el universo para canalizarla en la persona que lo necesita.

Recibiendo Reiki entrarás en un estado de profunda paz y armonía, y permitirás que tus chakras y tu energía interna se equilibren.

Tu cuerpo se relaja, algunos dolores desaparecen, se liberan emociones atrapadas, tu percepción es diferente, lo que antes te preocupaba ya no te perturba, tu mente ya no está agitada, y sobre todo, encuentras una mayor conexión con tu esencia, con el amor que hay en tu corazón.

Date el permiso para armonizar tu energía. Tu cuerpo, tu mente y tu alma te lo agradecerán.

QUÉ NECESITAS

Ganas de relajarte

HORARIO

A convenir

PRECIO

25 €/sesión
(1 h)



REIKI CON VISUALIZACIÓN

En esta terapia podrás conocer cómo es tu aura, cómo están tus raíces, quiénes son tus guías y protectores y abrir tu sabiduría ancestral. Mediante de la energía conjunta de dos terapeutas, se canaliza la información de lo que constituye la base de tu crecimiento personal en este momento. De esta manera, tendrás una guía sólida para seguir avanzando en tu camino.

Además, el Reiki hace que la energía penetre en todas las capas de tu ser, armonizando y generando un estado de calma mental, y permitiéndote elevar tu frecuencia vibratoria.

Después de la sesión, recibirás un dossier con toda la información recibida, la interpretación, y las acciones a seguir en tu camino.

QUÉ NECESITAS

Ganas de relajarte
y sanar

HORARIO

A convenir

PRECIO

60 €
1,5 h



CUENCOS TIBETANOS

La terapia con cuencos tibetanos tiene dos facetas. Por un lado, es una experiencia de sonido, un baño sonoro en el que sumergirse. El sonido de los cuencos te transporta a un lugar de plena atención donde la mente se aquieta, hipnotizada por la inexplicable magia que hay en ellos.

Por otro lado, la vibración que genera el cuenco en contacto con el cuerpo genera una completa armonización de la zona, equilibrándote energéticamente, y ajustando la frecuencia que emiten las células.

Cuerpo, mente y alma se relajan y entran en estado de más alta vibración, adentrándonos en un estado de profunda paz y armonía.

Permítete disfrutar de esta experiencia.

QUÉ NECESITAS

Ganas de relajarte

HORARIO

A convenir

PRECIO

25 €/sesión
(1 h)



PROPÓSITO DE VIDA (IKIGAI)

Te invitamos a que te sumerjas en esta experiencia profunda para aprender a mirar dentro de ti y encuentres tu propósito de vida, aquello que has venido a hacer a este mundo, y que tu alma ya sabe.

Lo haremos a través del Ikigai, una herramienta que te permite descubrir tus anhelos, tus talentos, tu visión del mundo y darle un enfoque práctico a tu desempeño laboral, sintiéndote pleno con lo que haces, con lo que eres, alineado con tus valores y con lo que has venido a aportar a los demás.

Atrévete a darle sentido a tu vida, a ser por fin tú en cada instante, haciendo lo que verdaderamente amas.

QUÉ NECESITAS

Ganas de darle sentido a tu vida

HORARIO

A convenir
Duración: 5 h (individual)

PRECIO

60 €