

# Círculo en calma

*Corazón*

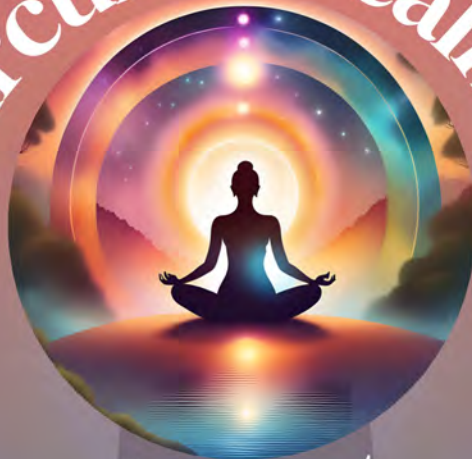
*Crecimiento*

*Cuerpo*

*Consciencia*

*Alma*

*Esencia*



*Grupo mensual*

**1º MIÉRCOLES DEL MES:  
MEDITACIÓN**

**Y**

**ESTRATEGIAS PARA TU DÍA A DÍA**

ENERGÍA - RELAJACIÓN - INTUICIÓN - BIENESTAR - AUTOCUIDADO

CON ELEMENTOS DE PNL, MINDFULNESS, AROMA- GEMO-Y SONOTERÁPIA Y MUCHO MÁS

## SI TU....

...quieres conectar con tu corazón

...prefieres buscar soluciones en vez de enfocarte en problemas y la negatividad

...quieres liberarte del estrés y la ansiedad

...buscas un espacio para SER tu

...quieres sentir la calma y buscar inspiración

## Este es el lugar que estás buscando

con **meditaciones** y mucho espacio para la **calma** y el **bienestar**

para conectar con tu **intuición** y tu **corazón**.

## Círculo en calma



## CONOCERÁS

diferentes técnicas de **relajación** para aplicarlo fácilmente en tu día a día  
y  
estrategias para gestionar el **estrés**, los **pensamientos** y tus **emociones**.

Conectarás con tu **esencia** para vivir una vida más auténtica -  
**la vida TUYA**

## CUANDO:

2 de octubre  
6 de noviembre  
4 de diciembre  
8 de enero  
5 de febrero  
5 de marzo  
2 de abril  
7 de mayo  
4 de junio

a las 10:00h.

## DONDE:

Polígono Talaia  
Edificio Beta, 2º  
Oiartzun

## QUIEN:

ANDREA FEUSTEL  
Coach terapéutico  
PNLi - Innerwise - Mindfulness

+info:  666444217  
[www.yosoy-andrea.com/es](http://www.yosoy-andrea.com/es)