

MOMENTO 
RESET

Retiro de
Fin de Semana

20-21 JULIO 2024

**Especial
Verano**

RESPIRAR ES BRILLAR



MOMENTO RESET



Según la Medicina Tradicional China, cada estación favorece más un tipo de trabajo corporal que otro.

Nuestros órganos internos y sistemas del cuerpo también resuenan con este ritmo estacional.

La Actividad adecuada para esta estación es toda aquella que te ayude a **abrir el corazón** y **expandir tu campo electromagnético**. Algunas propuestas son: Canto expresivo, Respiración de fuego, Chi kung, Kundalini Yoga, Shakti Dance, Círculos de Mujeres...

El elemento Fuego será el protagonista, para **movilizar y transformar tu energía vital** en una sustancia nutritiva y poderosa para tu reafirmación como Mujer.

Siento, pienso y actúo como la Mujer que Yo Soy.

Daremos un lugar sano y equilibrado a tu **GUERRERA INTERIOR** y conectaremos con el **BUEN TRATO** y el **AMOR PROPIO**.

El verano te invita:

- a conectar y escuchar tu corazón
- a discernir lo importante de lo insustancial
- a expandirte y brillar desde tu verdad
- a compartir con amor y empatía
- a cuidarte, amarte y empoderarte

Los órganos asociados son el **Corazón**, el **Pericardio** y el **Intestino Delgado**.

Ellos son los "responsables" de conectar con algo más grande (con el corazón de la Tierra y del Universo) y latir al unísono por un bien común para todos los seres.



INFORMACIÓN DE INTERÉS

**Respirar es
BRILLAR**

Fechas:

Del 20 al 21 de JULIO 2024:

SÁBADO 20 a las 10:00h
hasta DOMINGO 21 a las 16:00

Lugar:

DOMO MOMENTO RESET
Mont-roig del Camp, Tarragona

Valor:

- **222 €**
- Reserva de plaza: 100€
 - Bizum:635926736
 - Transferencia:
ES7201820845110201912426
- **Incluye :**
 - **Comida y cena del sábado**
 - **Desayuno y comida del domingo**
 - **Material extra**
 - **Taller nocturno**
- Posibilidad de Alojamiento gratuito*

*Te ofrecemos la Sala del Domo para dormir. Debes traer tu propio material para ello (colchoneta, cojín, saco de dormir...) Si prefieres dormir en otro lugar, te podemos ayudar a buscar alguno por la zona. La comida es vegetariana, sin gluten y sin lactosa.

MOMENTO
RESET

Contacto:

arescuesta@gmail.com
WhatsApp: 635926736

Respirar es BRILLAR

ESPECIAL VERANO

sábado 20

9:30 - 9:45 h	LLEGADA
10:00 - 13:30 h	Actividades
14:00 h	Comida
15:00 - 16:00 h	Descanso
16:00 - 19:30 h	Actividades
20:00 h	Cena
21:00 - 22:30 h	Taller Nocturno

domingo 21

07:00 - 8:00 h	Sadhana
08:30 h	Desayuno
10:00 - 14:00 h	Actividades
14:30 h	Comida
16:00 h	Despedida