

Despegate El Inicio

Reconectar el Cuerpo, Mente y Conciencia
Experiencia de regulación sin costo adicional

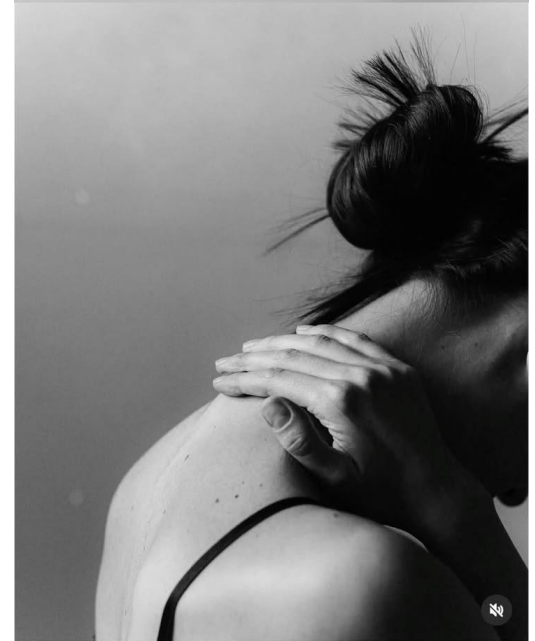


Vas a disfrutar de 4 clases y 4 audios Integrados con Somática, P.N.L, Neuroeducación e Intuición

Las prácticas son el canal para tu reconexión, no hay formas de hacer algo mal, permítete guiar por la inteligencia que te habita

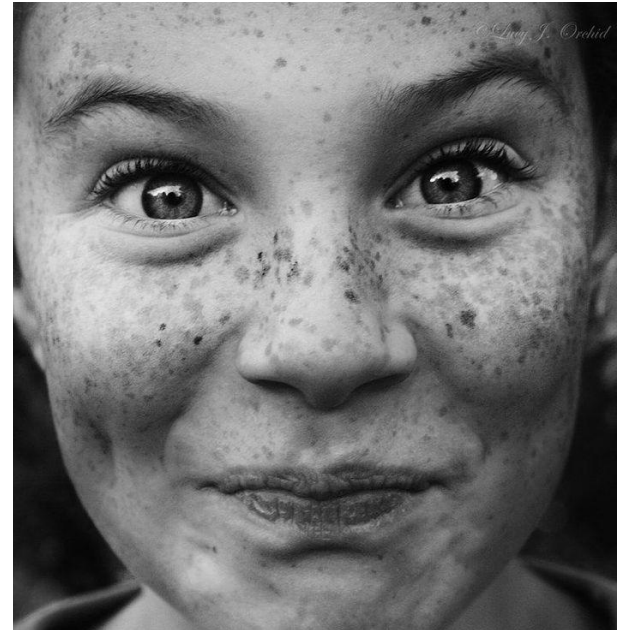
Clase 1 : La postura de tu cuerpo habla. Practica somatica para concientizar la forma de pararnos, presentarnos al mundo.

https://youtu.be/wJr5Yj_rRCU



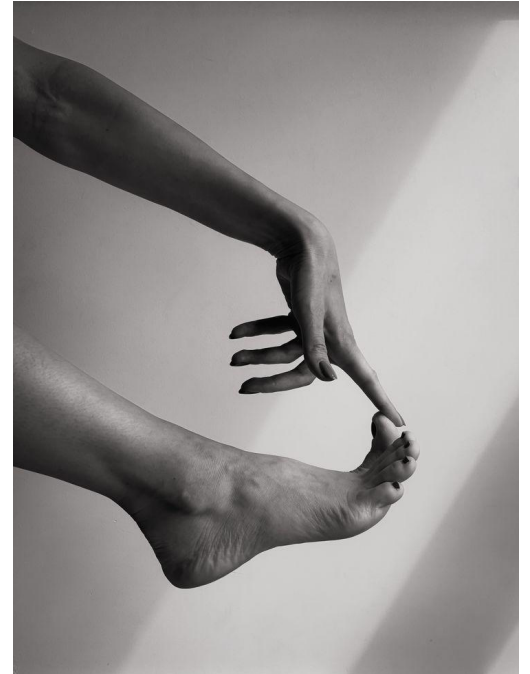
Clase 2 : El gesto de tu cara influencia la forma en que el cerebro percibe al mundo. Práctica para el rostro.

<https://youtu.be/cSk019d3T3g>



Clase 3 : Los pies como base del cuerpo. Práctica para estabilizar el sistema nervioso. Si tienes una pelotita para masaje táctil.

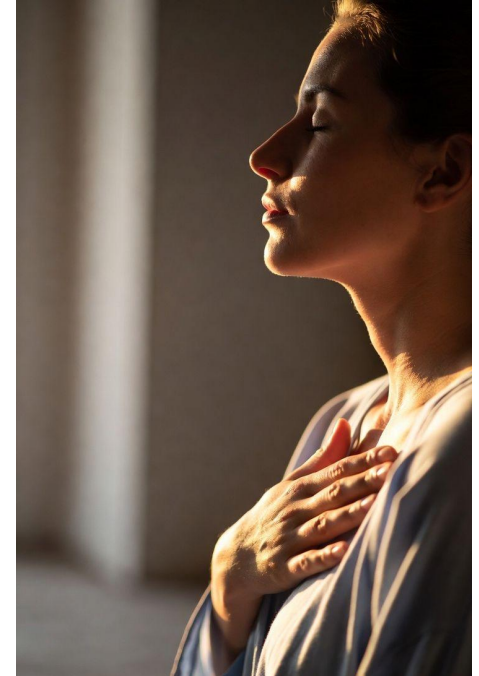
<https://youtu.be/NOAp7NJXF0M>



Clase 4 : La Respiracion Automatica y Consciente.

Si, tiene 2 modos . Práctica de exploración respiratoria

<https://youtu.be/ZZkHtRR3NPQ>



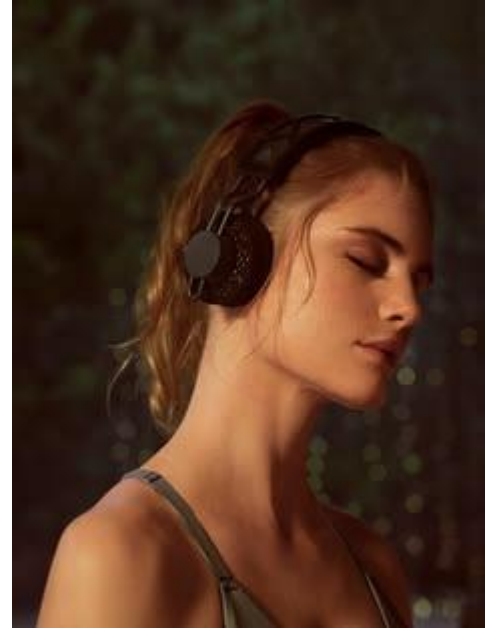
Audios de Reconexión. Autohipnosis.

Audio 1 : [Sentir y habitar la postura](#)

Audio 2 : [El gesto facial y el cerebro](#)

Audio 3 : [Los pies como base](#)

Audio 4 : [La respiracion como puente](#)



Llegaste al final del comienzo

En esta semana de practicas tu sistema nervioso empezó a saborear el equilibrio, si estás para seguir mejorando te espero en el Club de Clases, donde continuamos regulando al cuerpo y a la mente.

Gracias por haber participado y te invito a dejar una reseña en este link como intercambio. Con cariño, Noe

<https://forms.gle/SGgdK3xwRJuiWQeT6>