

· RETIRO RESET BUSINESS ·



Detalles

escapada rural en un refugio de alta montaña con tu equipo.

Objetivos

- reconectar contigo y con tu equipo
 - disfrutar, reir, aprender, compartir
- conocer y comprender las necesidades de tu equipo para crear un vínculo de equilibrio y de prosperidad
- ganar Claridad Mental, Paz y Éxito

llumina tu caoslinterior Refugio a 1400m



Habitaciones con camas individuales y baño privado

Gran extensión de jardín con vistas espectaculares



llumina tu caos interior Ubicación



STATE OF THE PARTY OF THE PARTY

Ilumina tu caoslinte Ubicación



¿Cómo llegar?



RENFE · Ripoll



AUTOBUS TEISA •





COCHE C-17



AEROPUERTO GIRONA

Programa

Primer día:

10h a 11h recepción del grupo + té

12h a 15h terapia de grupo

15h comida saludable | vegana

16h a 17h tiempo libre

17h a 19h actividad Tree Hugging

19h a 20h tiempo libre

20h cena con sorpresas

Programa

Segundo día:

8h práctica yoga nidra mindfulness

8:30h desayuno detox

9:30h actividad abrazoterapia

14h comida saludable | vegana

16h espacio de silencio

17h senderismo consciente 'respira'

20h cena con sorpresas

Programa

Tercer día:

8h práctica Wim Hof (anti - estrés)

10h desayuno detox

11h terapia del sonido (relaja cuerpo · mente · alma)

13h comida saludable | vegana

15h despedida sorpresa

'No es un adiós, es un hasta pronto' Gracias por tu confianza



EQUIPAJE A LLEVAR:

- ganas de pasarlo bien
- mentalidad abierta
- sin miedo a las alturas
- saco de dormir
- frontal y bastones Trekking
- bañador y toallas
- ropa de abrigo

'Trabajar con conciencia es apuntar a lo más alto de la cima'

EQUIPO



Empresaria, emprendedora y visionaria. Su misión es iluminar tu camino aportando Claridad, Prosperidad, Paz y Éxito personal y profesional.

Más de 15 años de experiencia le avalan en su forma de acompañar a las Almas, en el que transforma vidas.

Desde los 23 años hasta los 43 años ha sufrido por innumerables enfermedades, siempre al límite de la muerte, que le han llevado a formarse y a experimentar con su propio cuerpo múltiples disciplinas para que ahora se sienta en Paz y con Bienestar interior.



Anna Segura Canalizadora-Sensitiva Comunicadora Sanadora

www.iluminatucaosinterior.com

Ilumina tu caos interior

Anna, se encargará de acompañarte en las diferentes actividades

EQUIPO

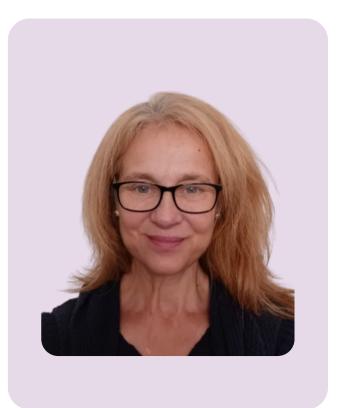


Con más de 8 años de experiencia evaluando y gestionando a pacientes en Nutrición.

Especialista en dietas para potenciar el rendimiento deportivo y dietas para perder peso.

Hábil en el desarrollo de tratamientos individuales y evaluaciones.

En la reserva se deberá informar de las alergias e intolerancias alimentarias.



Yolanda Ana Dietista · Nutricionista Assistant manager

Ilumina tu caos interior

Yolanda Ana te atenderá en todo lo que necesites. Será la encargada de realizar las comidas con mucho amor.

4 INFO



Terapia de grupo Cenas con sorpresas

(presentación de cada uno y compartir metas)



Desayuno DETOX (incluye zumos verdes)

Método WIM HOF (baño anti-estrés)

Yoga Nidra Mindfulness (meditación relajante guiada y consciente de tu cuerpo)

Espacio de Silencio

Senderismo

(espacio reservado para ti)

Tree Hugging · Baño Bosque (ruta a la naturaleza abrazando árboles para estimular el organismo)

(ruta tomando consciencia de tu respiración)

Terapia Del Sonido (cuerpo-mente-alma) Abrazaterapia (abraza a tu niñ@ interior y canaliza tus emociones)



INVERSIÓN:

500€/persona

Incluye:

PENSIÓN COMPLETA · ALIMENTACIÓN VEGANA TODAS LAS ACTIVIDADES Y TALLERES

PLAZAS LIMITADAS: MÁXIMO 4 PERSONAS iRESERVA TUS PLAZAS, YA!



hola@iluminatucaosinterior.com



WhatssApp: 654.848.977

ANNA SEGURA