






Habita tu cuerpo, libera tu historia Encuentros de Bienestar y Cuidado

Un viaje a través del movimiento consciente para mapear las emociones que residen en tu cuerpo. Deja de analizar lo que sientes y empieza a moverlo.

¿Qué incluye el Plan de Bienestar?

-  Exploración Somática y Escucha: Técnicas para regular el sistema nervioso.
-  Cartografía en Movimiento: Dinámicas guiadas para liberar bloqueos.
-  Terapia Angelical: Terapia de sanación y Tarot Terapéutico.

JULIA BEDOYA RAMÍREZ
 @sentirdemociones

Trabajadora Social,
Facilitadora de Access Barras, Experticia en
Cartografía Emocional y mapas de emociones,
Talleres de cuerpo y atención basado en las
técnicas del mindfulness y la meditación.
Instructora de Yoga Kundalini, con
experiencia en facilitar talleres y encuentros
holísticos.