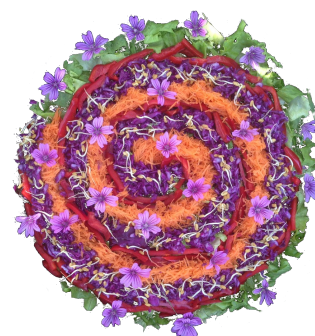


Encuentro EL ARTE DE SUPERARTE

Este encuentro está preparado para ayudar a tomar consciencia de nuestras capacidades interiores, desarrollando la autogestión de temas fundamentales como la alimentación, los estiramientos, la meditación, el autoconocimiento, la convivencia, el arte...

A través de un viaje con actuaciones y dinámicas interactivas que nos ayudarán a llegar a lugares interiores de entendimiento que permitan empoderarnos y contribuir a que nuestra perspectiva de la realidad se vea aumentada con más instrumentos de una forma autónoma.

Aprendiendo mecanismos que interconectan cuerpo, mente y espíritu en un recuerdo de nuestra naturalidad a través de la vibración armónica en el aquí y ahora.



Siempre desde un acompañamiento para que sea la persona la que tome y adapte a su vida lo que le pueda interesar y desde ahí construir su propio superArte, convirtiéndose en una persona superHada. Reconciliándonos con la magia de la infancia, con la esencia natural que nos reequilibra y afina interiormente y exterior, atrayendo la sincronía de las circunstancias y causalidades.

El objetivo es liberarte de los bloqueos, para poder fluir y hacer cosas sencillas que mejoran nuestra calidad de vida y nos ayuda a entendernos.

Personas facilitadoras

Elisa Martínez se ha formado en Qi Gong, meditación, maestría de reiki, terapia emocional basada en la medicina china, yoga para niños...

Lleva años profundizando en el canto libre, mantras, danza consciente y sus beneficios liberadores en las personas. Ello le llevó a crear el método DanzArte en tu Voz, un espacio donde conectar con el interior y experimentar desde la inocencia.

Con experiencia también en la cocina consciente y en la organización de eventos de elevación de la vibración armónica.

Alipio Muñoz con más de 16 años de experiencia en el mundo de la alimentación y en encuentros de consciencia, conociendo alternativas diversas que permiten apreciar las potencialidades de nuestras habilidades y recursos.

Esto ha inspirado a la creación de SuperArte, una forma de compartir la experiencia y sentirse, descubriendo que todas las personas podemos desarrollarnos desde un arte entendido como graciASAmor, un espectáculo que hace que a través de la alegría, confiemos en nosotras mismas y en la vida.

También centrado en el tema de alimentación vibracional y el mundo de los germinados.

Fusionando todo ello en el personaje de Supergerminador, que ayuda a germinar semillas para comer y a germinar nuestra semilla interior.

Comida

Los alimentos serán de fuente ecológica, de cercanía, con criterios de consumo responsable. La comida será vegana y de recetas sencillas para poder hacer platos sabrosos, saludables y económicos.

Por ello la comida nos la prepararemos entre todas las personas participantes, aprendiendo en el proceso a germinar, hacer salsas mágicas, ensaladas mandalas, cómo elaborar las verduras de forma sencilla y con variaciones de recetas para luego practicar en casa.

Programación

Los tiempos y actividades están sujetos a cambios decididos por consenso en el fluir del encuentro.

Día 6 Viernes

18:00 Acogida y recepción
19:00 Dinámicas de presentación
20:00 Actuación de superArte
21:30 Cena degustación

Día 7 Sábado

8.30-9h Primer des-ayuno, ducha interior (consistente en beber agua templada con agua de mar o infusión)
9-10h Meditación consciente, como hacerte tus propias meditaciones...con meditación dinámica y estiraciertos... automasaje chino
10:00 Desayuno evolutivo, verduras y ensalada para quien necesite algo más convencional
porridge, avena con cacao, infusiones.
11:00 Teoría sobre superarte, explicando fuentes y demás...
12:00 Cocina consciente, vibracional y terapéutica con taller de germinados.

14:30 comida

16:30 Círculo de impresiones, lluvia de ideas, aportaciones particulares de las personas... seguir conociéndonos
17:30 DanzArte en tu voz (un taller para conectar con tu centro a través de la danza liberando y desbloqueando para luego expresar a través del canto libre)
20:00 Preparación de la cena
21:30 Cena
22:30 Círculo de cantos

8 Domingo

9:00 Primer des-ayuno, ducha interior (consistente en beber agua templada con agua de mar o infusión)
9-10h Meditación consciente, como hacerte tus propias meditaciones...con meditación dinámica y estiraciertos... automasaje chino
10:00 Desayuno evolutivo, verduras y ensalada para quien necesite algo más convencional
porridge, avena con cacao, infusiones.
11:00 Taller y representación de superArte para una mejor integración del espectáculo.
12:30 Preparación de comida vibracional
14:30 Comida
16:30 Círculo de hablar para cierre

Contacto y forma de inscripción

El Precio es de sólo 95€ que incluye todas las comidas, la pernocta y los talleres.
La reserva será de 45€ que se ingresarán en un número de cuenta que facilitaremos una vez esté confirmada la asistencia.

Cierre de inscripciones 1 de julio.

Apúntate cuanto antes, tenemos plazas limitadas.

Teléfonos de dudas y contacto:

622.25.11.03 / 622.04.24.25 también en el correo [**info@supergerminador.com**](mailto:info@supergerminador.com)

Lugar

In Agrum, es la asociación que gestiona el antiguo Monasterio de Becerril de Campos en Palencia. Un espacio de convivencia y encuentro de actividades alternativas y solidarias.

Dispondremos de 12 habitaciones, a compartir con 1 o más personas, cada uno con cama individual. Cada habitación tiene su propio baño y en ellas hay información y pautas más concretas relacionadas con la estancia y un plano del edificio.

Contaremos con una amplia cocina y espacios tanto al aire libre como interiores para hacer las actividades.



Mapa de situación en google maps



Muchas Gracias por ayudar a difundir

**Aprende a conectar con tu maestro interior,
en un espacio en el que somos maestras
maestros y aprendices a la vez.**