

# Encuentro EL ARTE DE SUPERARTE

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

A través de un viaje con actuaciones y dinámicas interactivas que interconectan cuerpo, mente y espíritu 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 interior y exteriormente, 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 mejor.

## Personas facilitadoras

**Elisa Martínez** Lleva años profundizando en el canto libre, mantras, meditación, danza consciente y sus beneficios liberadores y transformadores 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.

**Alipio Muñiz** con más de 16 años de experiencia en el mundo de la alimentación, en encuentros de consciencia y 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 sentires, 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.

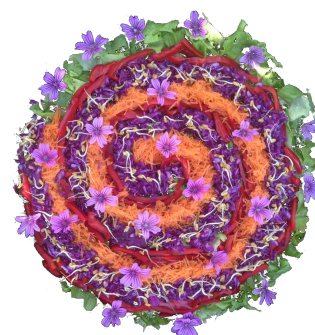
También centrado en el tema de alimentación vibracional y el mundo de los germinados. Fusionando todo ello en el personaje de Supergerminador, que ayuda a germinar semillas para comer y a que cada persona sea capaz de germinar su semilla interior.

## Comida

Los alimentos serán 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, postres, 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 19 Viernes**

18:00 Acogida y recepción.

19:00 Dinámicas de presentación.

21:00 Cena degustación.

22:30 Círculo de cantos.

### **Día 20 Sábado**

9-10h Meditación consciente, como hacerte tus propias meditaciones...con meditación dinámica, respiraciones, posturas, mudras y estiramientos...

10:00 Desayuno.

11:00 Taller de germinados y alimentación vibracional.

12:30 Preparación de la comida y postres veganos.

14:30 Comida.

17:00 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 tu propia voz).

20:00 Preparación de la cena.

21:30 Cena.

22:30 Actuación de superArte

### **Día 21 Domingo**

9-10h Meditación consciente, como hacerte tus propias meditaciones...con meditación dinámica, respiraciones, posturas, mudras y estiramientos...

10:00 Desayuno.

11:00 Dinámica de reconocimiento de habilidades y tomar consciencia de capacidades.

12:30 Preparación de la comida y postres veganos.

14:30 Comida

16:30 Círculo 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 15 de octubre.

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. <https://inagrum.wordpress.com/>



## 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.**

**[Supergerminador.com](http://Supergerminador.com)**

**[danzarteentuvoz.asasa.es](http://danzarteentuvoz.asasa.es)**