

+MOVIMIENTO+CONCIENCIA  
APRENDIZAJE EXPERIENCIAL

TALLER  
ON LINE  
directo y diferido

Comienza  
29 Noviembre

MOVIMIENTO "C"  
CONFIAR PARA CREAR







## LA PRACTICA DEL " MOVIMIENTO C"

Es una experiencia que te invita a:



CONECTAR con el pulso de la vida



CONFIAR en tus habilidades y potenciarlas



CREAR nuevas posibilidades



Abrazar la CONCIENCIA para CUIDARTE y  
CUIDAR



Generar espacios COOPERATIVOS Y  
COLABORATIVOS que nos invitan a CRECER



## ¿PARA QUÉ TE SIRVE ESTA PRÁCTICA DE MOVIMIENTO?



Conectar con tu poder y Confiar  
en tus movimientos vitales



Abrazar tu vitalidad y generar  
acciones sostenibles en el tiempo



Aprender a sostener procesos  
emocionales y corporales



Soltar y Cuidar la energía que  
habitarás en cada nueva etapa



El “Movimiento C” nos regala cuidados, constancia, mayor conciencia, creación sin límites y grandes dosis de confianza

me

movimientoesencial

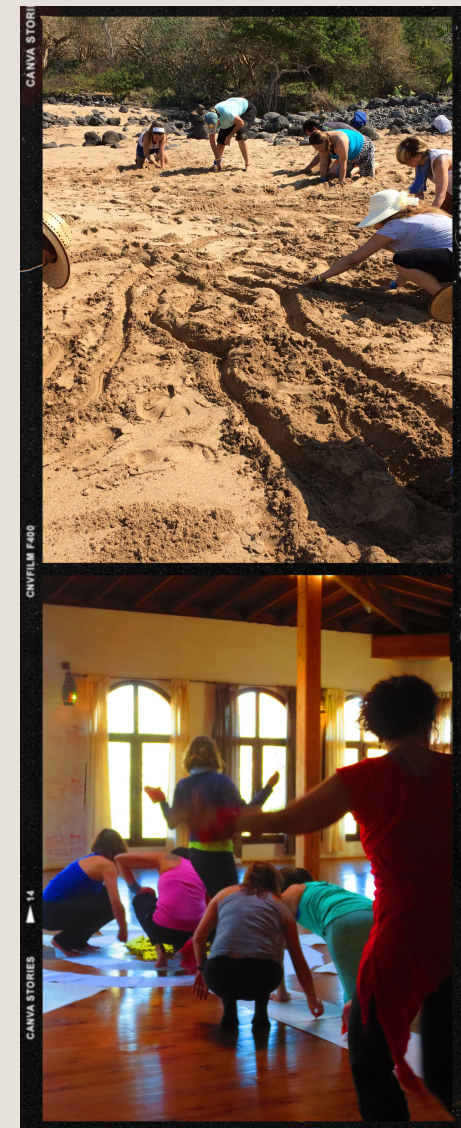
El RECORRIDO que vamos a trazar te invitará a sumergirte en la experiencia a través de la expresión, la danza, el juego y el coaching.

En la práctica dibujaremos el mapa del “Movimiento C” aprendiendo a CONFIAR en nosotros mismos y en el mundo que nos rodea, creando nuevas posibilidades de acción .

“Esta práctica nos ayuda a CRECER en el ámbito personal y profesional”

“CONFIAR es crear desde el movimiento consciente”

Te invitamos a disfrutar de este ENCUENTRO donde sumar conciencia + confianza + constancia es clave para cuidar nuestros movimientos cotidianos.





# ¿QUÉ ENCONTRARÁS EN EL PROCESO?



✓ Apertura y Conexión con el cuerpo que habitas

✓ Alegría y Cuidados.  
La danza del “Cuidarme para cuidar”

✓ Contención y acompañamiento para tu proyecto vital

✓ Disfrute y aprendizaje para tu día a día

DANZA- DISFRUTA-JUEGA-  
EXPLORA-PRACTICA  
APRENDE-ACTÚA- INCORPORA







## AL FINALIZAR CONSEGUIRÁS ...

- ✔ Conectar con tu movimiento Esencia
- ✔ Cultivar tu autenticidad
- ✔ Definir y planificar que es lo que necesitas sostener en el tiempo
- ✔ Abrazar la confianza para avanzar en tu proyecto personal - profesional.
- ✔ Compartir tus sueños y aprender de las transiciones

Practicaremos la danza del aprendizaje  
**QUERER-SER-HACER-TENER**

**DIRIGIDO A** todas aquellas personas que quieren conectar con su vitalidad y aprender del cuerpo en movimiento como fuente de salud y bienestar.

Y para aquellas personas que quieren entrenarse en la práctica del “Coaching en Movimiento” y desean comenzar o continuar con el proceso ME para aplicarlo en su profesión y en su vida.





## MODALIDAD ONLINE

Fechas: 29 DE NOV al 16 DE DIC.  
Disponibile en diferido si no puedes  
conectarte.

16 hs formativas

**iiiiABIERTO EL PLAZO DE  
INSCRIPCIÓN!!!**

**PLAZAS LIMITADAS**

**iiINSCRIBETE !!**



## INSCRIPCIÓN AL TALLER COMPLETO

Incluye:



- 2 sesiones online en directo
- Acceso a grabaciones
- Acompañamiento por grupo de whatsapp entre sesiones.
- Audios, músicas
- Material practico videos
- Guía práctica

Inscripción: 55€



**RESERVAR AHORA**

# TALLER MOVIMIENTO C - ONLINE

Fechas sesiones  
EN DIRECTO

29 DE NOVIEMBRE  
13 DE DICIEMBRE

**ABIERTO EL PLAZO DE  
INSCRIPCIÓN**

Si decides continuar  
después de la primera  
sesión. + 40€

**INSCRIPCIÓN POR  
SESIONES**



Inscripción solo  
sesión1: 45€

Incluye:

Sesión online en directo  
Acceso a la grabación  
Documento práctico



**RESERVAR AHORA**





FACILITA

MARIA JESUS ZEA

Apasionada por el aprendizaje en movimiento.

Diseño espacios donde acompañar a personas y equipos en sus procesos de desarrollo.

Educadora, Coach PCC amante de la facilidad,

Directora de la Escuela ME y creadora de la metodología Coaching en movimiento.

ACOMPañADA por un equipo de coaches de la Escuela ME



¿Quieres saber más sobre  
Movimiento Esencial ?

[www.movimientoesencial.me](http://www.movimientoesencial.me)

# Para aclarar tus dudas



**ÚNETE AL ENCUENTRO GRUPAL**

09 de noviembre a las 17h España

info@movimientoesencial.me

whatsapp: 645872220

