



**RONDA**  
de Segovia

Centro de **PSICOTERAPIA**

☎ 646 072 583  
✉ info@rondapsicoterapia.com

Centro Sanitario 14500

**HERRAMIENTAS DEL BIENESTAR**  
APRENDE TÉCNICAS QUE TE HARÁN DE LA VIDA UN LUGAR MÁS AGRADABLE

### TALLER 3

## MEDITACIÓN DE LOS SENTIDOS

¿ERES CONSCIENTE DE LO QUE ESCUCHAS,  
OLFATEAS, TOCAS, VES O SABOREAS?

### ¿Qué veremos en este taller?

- Satshanga. Repaso de Módulos anteriores
- La vista. ¿Puedes meditar con estímulos externos visuales?
- El olfato. Respira... ¿Reconoces?
- El oído. Mantente en tu centro en una conversación
- El tacto. Siente, descubre
- El gusto. Toma conciencia de todos los matices
- Compartir
- Ejercicios para casa

**Plazas limitadas: Máximo 8 alumnos/as por clase**

**Requisitos: Ganas de aprender. Experiencia previa no necesaria**



### IMPARTEN

#### César Ávila-Omkar



Profesor de Yoga por la Escuela Internacional de Yoga con la certificación de Yoga Alliance, European Yoga Federation y la Federación Española de Yoga profesional

#### Miguel González



Profesor de Yoga por la Escuela Internacional de Yoga con la certificación de Yoga Alliance, European Yoga Federation y la Federación Española de Yoga profesional.  
Autor del libro "500 palabras que todo profesor de Yoga debería saber explicar a sus alumnos".

📅 **FECHA:**  
23 marzo 2019

🕒 **HORARIO:**  
10:00 a 13:00h  
Aproximadamente

📍 **LUGAR:**  
Centro de Psicoterapia Ronda de Segovia  
C/ Ronda de Segovia, 34 -1ºB 28005 Madrid  
Metro: Puerta de Toledo

💰 **PRECIO:**  
40€/módulo  
Si contratas todo el Ciclo te sale gratis un módulo

✗ **CANCELACIONES:**  
Devolución del 50% si cancelas 15 días antes del comienzo del módulo.  
Sin devolución: pasados 15 días previos.