

RE-CONECTA

Retiro en

Olmeda de las Fuentes

(MADRID)

SIENTE, SUELTA,
TRANSFORMA

10-12 OCTUBRE 2026



**UN RETIRO PARA VOLVER AL CUERPO.
PARA ESCUCHAR TUS EMOCIONES.
PARA MOVERTE CON LIBERTAD.
UN ESPACIO PARA PAUSAR, RESPIRAR
Y RECORDAR LO QUE VIVE DENTRO DE TI.**



ES PARA TI SI QUIERES:

-  **RE-CONECTAR CON TU CUERPO, TUS EMOCIONES Y TU MUNDO INTERIOR.**
-  **APRENDER TÉCNICAS NUEVAS A TRAVÉS DE LA INTELIGENCIA CORPORAL.**
-  **REGALARTE UN ESPACIO DE EXPLORACIÓN, ESCUCHA Y CUIDADO PERSONAL.**
-  **EXPLORAR EL MOVIMIENTO DESDE “EL NO JUICIO” Y LA LIBERTAD DEL SER.**

ACTIVIDADES:

COACHING EMOCIONAL, DE VIDA, SOMÁTICO

VIAJE EMOCIONAL: ENCUENTRO CON TUS EMOCIONES

RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

PRINCIPIOS DE MEDICINA CHINA

PRÁCTICAS CORPORALES Y ENERGÉTICAS

CONSTELACIONES FAMILIARES

GEM: GESTIÓN DEL ESTRÉS EN MOVIMIENTO

SABÁDO DÍA 1: CONEXIÓN Y BIENVENIDA

18:00 – 19:30H: REGISTRO Y BIENVENIDA RETIRO.

19:30 – 20:30H: GROUNDING (REALIDAD EN MOVIMIENTO).

21:00 – 22:00H: CENA

**22:00–23:00H ACTIVIDAD NOCTURNA:
INTENCIÓN, VOZ Y CUERPO.**

DOMINGO DÍA 2: EXPLORACIÓN GRUPAL Y MOVIMIENTO

07:00–08:30 RITUAL DE INTENCIÓN Y DESPERTAR

ATENCIÓN PLENA AL PRESENTE: INMERSIÓN EN LA NATURALEZA.

08:30–10:00H: DESAYUNO

10:00–12:00H: RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS: APRENDE A MANEJAR TUS EMOCIONES.

12:00–12:30H: DESCANSO

12:30–14:00H: PRINCIPIOS DE MEDICINA CHINA: LOS 5 ELEMENTOS.

14:00 – 15:30H: COMIDA

15:30–17:30: COACHING DE MOVIMIENTO: LAS 5 HERIDAS DEL ALMA.

17.30–18.00H: DESCANSO

18:00–20.00H: PRÁCTICAS CORPORALES Y ENERGÉTICAS.

21:00–22:00H: CENA

22:00–23:00H ACTIVIDAD NOCTURNA: VOZ EN MOVIMIENTO.

LUNES DÍA 3: EXPLORACIÓN GRUPAL Y MOVIMIENTO

07:00–08:30H: RITUAL DE INTENCIÓN Y DESPERTAR.

08:30–10:00H: DESAYUNO

10:00–11:30H: COMUNICACIÓN PASIVA, ASERTIVA Y AGRESIVA: EL TRIANGULO DRAMATICO.

11.30–13:30H CONSTELACIONES FAMILIARES.

14:00H: ENTREGA DE DIPLOMAS Y ALMUERZO.

15:00–16:00H: CIERRE Y CHECK OUT.

INCLUYE:

- **PENSIÓN COMPLETA
(DESAYUNO • ALMUERZO • CENA).**

- **MERIENDAS Y PAUSAS DE DESCANSO DURANTE LAS JORNADAS.**
- **MATERIAL DE TRABAJO PARA TODAS LAS PRÁCTICAS Y DINÁMICAS.**
- **ACCESO A TODAS LAS ACTIVIDADES, SESIONES Y TALLERES DEL FIN DE SEMANA.**
- **ESPACIOS DE MOVIMIENTO CONSCIENTE, EXPLORACIÓN CORPORAL Y CONEXIÓN GRUPAL.**
- **ACOMPañAMIENTO CERCANO DURANTE TODA LA EXPERIENCIA.**
 - **ENTORNO NATURAL PENSADO PARA LA RECONEXIÓN.**
 - **DIPLOMA DE PARTICIPACIÓN EN EL RETIRO RE-CONNECTA.**

NO INCLUYE:

- **GASTOS PERSONALES O EXTRAS RELACIONADOS CON NECESIDADES INDIVIDUALES.**
- **TRANSPORTE PARA LLEGAR AL LUGAR DEL RETIRO.**
- **CUALQUIER SERVICIO O ACTIVIDAD NO MENCIONADA EN EL APARTADO “EL RETIRO INCLUYE”.**

SI NECESITAS AYUDA PARA ORGANIZAR TU VIAJE O TRANSPORTE, ESTAREMOS ENCANTADOS DE ORIENTARTE.

PRECIO:

PRECIO ESPECIAL EARLY BIRD

499 €

(HASTA EL 31 DE AGOSTO)

PRECIO REGULAR: 550 €

RESERVA PLAZA : 150 €

EL RESTO SE ABONA ANTES DEL RETIRO.

PLAZAS LIMITADAS PARA GARANTIZAR UN ESPACIO ÍNTIMO Y CUIDADO.

LO QUE TE VAS A LLEVAR:



**UN FIN DE SEMANA PARA PAUSAR Y RE-CONECTAR
CONTIGO**



**LA EXPERIENCIA DE COMPARTIR CON UNA COMUNIDAD
CONSCIENTE QUE, COMO TÚ, BUSCAN CRECER, SENTIR Y
ABRIRSE A NUEVAS POSIBILIDADES.**



UN ESPACIO SEGURO PARA EXPRESAR TUS EMOCIONES

SI TE RESUENA TE INVITAMOS A PEDIR MÁS INFORMACIONES:



**¿TE GUSTARÍA VIVIR ESTA
EXPERIENCIA?**



RETIRO__RE__CONECTA

**CONTÁCTANOS PARA RECIBIR TODA LA
INFORMACIÓN.**

ORGANIZADORES:



ESTHER VILLAPUN
TERAPIASCUENTACONMIGO



ALFONSO GONZALEZ
TERAPIASCUENTACONMIGO



FELIX QUIÑONES
FQR_MUSICA_2025



MARCO AREDDU
COACHING DE MOVIMIENTO



TERESA PARULL
TERESAPARULL

RE-CONECTA

Retiro en

Olmeda de las Fuentes

(MADRID)

SIENTE, SUELTA,
TRANSFORMA

10-12 OCTUBRE 2026

