



Armonía



Vitalidad



Energía



Compartir



Serenidad

O
R
G
A
N
I
Z
A
D
O
R

YOGASALUD

&

CENTRO
ALBA



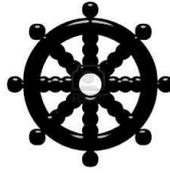
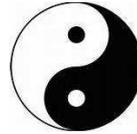
Dedicadas al **. TAO**

. BUDISMO

. TOLTEC 

. HINDUISMO

. TIBETANO . CELTIC



. Qi Gong . Tai Ji . Kung-Fu
 . Masaje chino AnMo TuiNa
 . Meditación Taoísta y Budista
 . Charla sobre el yin yang y sobre
 la Medicina Tradicional China MTC.

. Yoga 'Kundalini, Tibetano, Egipcio y Hatha'
 . Meditaciones Guiadas 'acción subconsciente'
 . Elementos naturales 'Técnicas
 Tibetanas, Chamánicas y Toltecas'
 . Danza salud & Mantras'

. Celebración celta de Lughnasad
 'luna de luz', ritual, danzas, cantos

Sábado y Domingo
09 y 10 de Agosto 2014
 En la Finca la Torreta
SELLA (Alicante . ESPAÑA)



Contacto'Info:

(España) +34 629 36 82 36

(Suiza) +41 79 479 79 06



WhatsApp

www.centro-alba.com

LO QUE TIENES QUE SABER . HORARIOS:

TENEMOS TODA LA EXCLUSIVIDAD DE
LOS ESPACIOS DE LA FINCA LA TORRETA.

LOS TALLERES DEL SABADO Y DEL
DOMINGO SE COMPLEMENTAN.

. JORNADA DEL SABADO
DE 09H00 HASTA LA NOCHE

. JORNADA DEL DOMINGO
DE 08H00 A ~17H00

'Tocaremos las estrellas y desde la luz
y el corazón vamos a sentir mucho amor'.



La Finca la Torreta - 03579 Sella - es una un lugar paradisiaco a 1000 metros de altitud en plena Naturaleza con una infraestructura (Paneles solares, Eoliana...) y un ámbito (Cultivo & Alimentación 'bio', Aceites esenciales...) totalmente ecológico.

SABADO DE 09H A 13H

- . MEDITACION TOISTA (con el GonG) . FILOSOFIA DEL TAO
- . MEDICINA TRADICIONAL CHINA MTC (Teoría general)
- . MASAJE CHINO ANMO TUINA (Teoría y práctica)
- * Charla interactiva sobre estos preceptos, (...).
- . MEDITACION BUDISTA CANTADA

☺ Recogida en su PEE 'Pequeño Espacio Energético'.

SABADO 15H A 19H

- . INTRODUCCIÓN Y PRÁCTICA, entre los 4 estilos de Yoga .., Kundalini, Tibetano, Egipcio y Hatha.
- Meditaciones Guiadas 'acción subconsciente'.
- Danza Salud, conexión entre Cielo y Tierra 'Mantras'.

SABADO DESDE LAS 20H

- . LUGNASAD NOCHE DE LUZ 'Nupcial entre la Tierra y el Sol' ☞ BAILES, CANTOS Y RITUAL CELTA, awen !!! COMEMOS JUNTOS.., COMPARTIMOS ☞ obligatorio ☞ se viene vestido como antaño de celta * no se admite celebrar sin vestimenta celta (atención no es un carnaval coge tu propio ropaje personal) * Tradición wicca, ofrenda al Dios (Sol) y a la Diosa (luna).

DOMINGO 08H A 14H

- . MEDITACION TAOISTA (despertar con la naturaleza) . QI GONG (respiraciones/movimientos).
- . TAI JI (harmonía & entrelazados) . KUNG-FU (formas de carácter 'chamanico' .., animales y elementos naturales) * Trabajo con el Bastón MuTou 'opcional' (coge tu bastón, debe tener tu altura).
- . PRACTICAS TIBETANAS, CHAMANICAS Y TOLTECAS. Uso de los elementos agua, fuego, viento, tierra y éter.

☺ Recogida en su PEE 'Pequeño Espacio Energético'.

DOMINGO A LAS 15H . CIRCULO DE SABIDURIA (imágenes, relatos y símbolos...).

* Los Talleres se hacen al interior y al exterior en los espacios naturales.

* Trae cojín, esterilla y manta para los masajes.

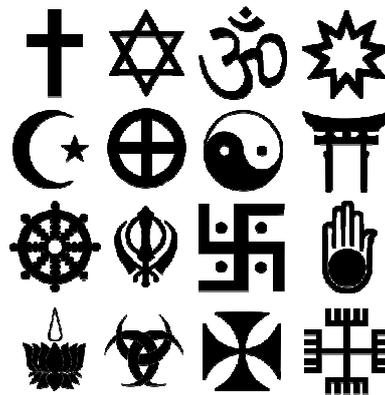
* Hay momentos de pausa.

* Se dan soportes pero trae para apuntar.

* Mira el Descriptivo (no-exhaustivo de las Disciplinas (PDF anexo).

* Ven con ropa deportiva, mejor. Para la Celebración celta se necesita venir vestido de antaño (a lo celta).

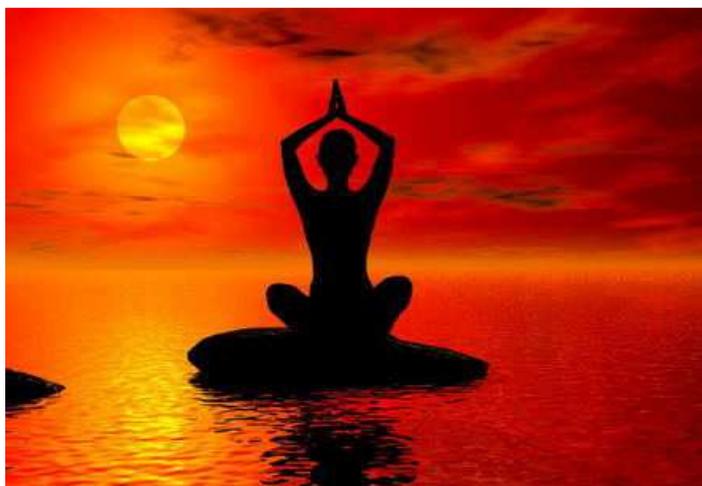
* Para los que quieren hacer el bastón en el Kung-Fu, debe tener tu altura.



- ✚ **MEDITACION TAOISTA**, noción del vacío, proceso/estado transcendental entre 'cielo y tierra'.
- ✚ **FILOSOFIA**, Taoísmo y atributos del Yin Yang, reflexión del 'WouWei', y sobre textos usuales.
- ✚ **MEDICINA CHINA**, los Ciclos, el Tablado de los 5 elementos (correlación con la naturaleza). y generalidades fundamentales (* también abordaremos brevemente la acupuntura).
- ✚ **MASAJE CHINO ANMO TUINA**, acciones terapéuticas 'ShouFa', y técnicas de mano, (...).
- ✚ **QI GONG**, Haremos movimientos simples, suaves, naturales y armoniosos con ejercicios de respiración, de visualización externa e interna "observo, reproduzco y siento". Concepto metodológico en 5 fases 'Chuan-Shu': 1). Meditación taoísta. 2). Auto-masaje *Dian Xue*. 3). Los 15 ejercicios referenciales de Qi Gong. 4). Ba Duan Jin "Los ochos movimientos de seda" del Templo de Shaolin. 5). El casco de energía. Y Qi Gong 'Cun Sun Ye' de Tian Jin; R.P China.

✚ **TAI JI QUAN** 'estilo yang' los 120 movimientos . Las 4 Bases referenciales Chuan-Shu (geométrica y técnica) (1era raíz., 2da y 3era, según el nivel del alumno).

✚ **KUNG-FU**, Taos tradicionales, el 'Tong Bei Quan' y Tao de los Animales; del Templo de Saolin (Henan) * Y Tao de Bastón (opcional) coger su bastón.



✚ **LUGNASAD**, Fiesta Celta. Vamos a celebrar la luna llena de Lugnasad 'celebración del Dios LUG ' ... de la luz, **noche nupcial entre la Tierra y el Sol** en un entorno natural 'sagrado' *tocaremos las estrellas...* 🌀 con meditaciones, poesías, cantos, bailes, juegos, (...) 🌀 Trae tu música y tus instrumentos, tus cuentos e historias de otra época 🌀 coge un lapicero, papel, una vela grande, otra más pequeña y un objeto personal 'energético' (Talismán) **para el Ritual celta.**



✚ **MEDITACIONES GUIADAS** para actuar sobre los patrones erróneos del subconsciente.

✚ **DANZA SALUD** para conectar con tu alma a través de la Danza, los Mantras y conexión Cielo y Tierra. Disipando los traumas, bloqueos y llegando a un estado permanente de felicidad. *Posibilidad de Terapias de Reconexión y Sanación cuerpo, mente y espíritu*

✚ **TRABAJO CON LOS ELEMENTOS** .., agua, fuego, viento, tierra y éter, mediante técnicas Tibetanas, Chamánicas y Toltecas, para la limpieza del cuerpo físico, mental y emocional.



Durante la estancia, en los momentos disponibles y pausas **tenemos buen uso** de hacer caminatas por los numerosos senderos afín de descubrir este maravilloso paraje natural con su flora y fauna, peculiar. (...).

Las comidas 'platos culinarios' son tradicionales a la **región valenciana** .., paella, desayuno típicos caseros, etc., además ecológico. Están preparados con calidad y cariño por **Ceci y Natxo** ☺ ; gerentes del lugar.



DESEAMOS REALIZAR ESTAS JORNADAS CON UN COLECTIVO REDUCIDO DE ~ 20 PERSONAS MAX., PARA OBTENER UNA DINAMICA VIVENCIAL OPTIMA Y COMPARTIR ARMONIOSAMENTE ENTRAMBAS ENERGIAS.

POR FAVOR CONFIRMA TU ASISTENCIA ANTES DEL 01 DE AGOSTO 2014, GRACIAS

APORTACION

. Estancia: una noche, en habitación individual, o doble compartida con otr@ participante (según disponibilidad de las habitaciones libres). En el caso que no hay sitio se puede dormir con su Tienda de camping **(-20% del Precio)**.

. Comidas: un desayuno, dos comidas, una cena (platos culinarios caseros, y 'bio', de la región valenciana).

. Talleres y Disciplinas: prácticas y teóricas, personalizada, en colectivo, para iniciarse y formativos.

. Celebración Celta: 'Ritual & Fiesta' de Lugnasad.



Precio reducido, todo comprendido, solo:

Residentes españoles 100.- €

Residentes suizos 280.- CHF



Plazas limitadas hay que suscribirse lo antes posible



ANIMAN LAS JORNADAS E IMPARTEN LOS ESPACIOS:

Naturopata Amparo YogaSalud

Profesional de Naturopatía colegiado nº 3078. Delegada en Suiza por la Organización Colegial de Naturopatía. Fundadora de la firma YOGASALUD.

Congresos, Cursos y Ponencias internacionales, Retiros Espirituales, Yoga distintos estilos, Danza Salud y Terapias de Sanación cuerpo, mente y espíritu.

Maestro Joaquín Fernández

Fundador del Centro Alba, de la Academia Chuan Shu internacional y del método Educación Concientización por los Pares MCECP.

Profesional de Naturopatía colegiado nº 3191. Titulado de:

. Medicina Tradicional China MTC de la Escuela internacional Shao Yang, Acupuntura, Masaje chino AnMo TuiNa; Universidad L.E.Sichuan, Cheng Du y Tian Jin, R.P.China.

. Fitoterapia de la Escuela Lionesa de Plantas Medicinales ELPM, Francia.

. Instructor internacional de Qi Gong, Tai Ji, Kung-Fu de la Federación Suiza FSKB&AM y Atestado federal J+S (Brevet Jeunesse & Sport); Suiza, y de la Escuela de Estado Pan Gu Wushu (hermanados desde 2002), R.P.China.

. Formador socio-pedagógico (Formador de Formadores), Coach'Intrafamiliar.

. Trabajador social 'Animador Sociocultural y Asistente social' (HES EESP), Suiza y Grado Académico Español (EEES - Bachelor) . España, (...).

