

Gravity Breathing

RESPIRACIÓN GRAVITATORIA

Mediante una serie de **ejercicios** físicos combinados con una técnica de **respiración** concreta, llegaremos a sentir y comprender nuestro **campo emocional interno**.

Desde ese punto de partida, lograremos un estado de **amplitud** en nuestra **observación**. Usaremos además otros **recursos** que nos ayudarán a activar mecanismos en nuestro cuerpo para crear un estado de **conciencia elevada**, **deshacernos de bloqueos** internos acumulados y **revitalizarnos** con energía nueva y limpia que optimizará la eficacia del proceso.



Gravity Breathing
RESPIRACIÓN GRAVITATORIA

Respiración Gravitatoria tiene en su esencia un mapa para encontrarnos, el sonido de nuestra voz forma un papel importante en este proceso, por eso *Gravity Breathing* nos conecta con la esencia de nuestra alma sonora.

La duración de cada **sesión** puede variar de entre tres o más horas, ya que hay intervalos de conciencia meditativa. También se ofrecen **jornadas** de un día completo o **retiros** donde se combinará con otros recursos holísticos.

El **efecto** que conseguimos en cada sesión es **acumulativo** y se integra en la memoria celular de la persona que lo experimenta. No se requiere una capacidad física concreta, cada ejercicio se adapta a nuestra capacidad.

Descarga tus bloqueos emocionales, conoce las posturas para expulsarlos y los circuitos integrales de ejercicios para llenarte de nueva energía revitalizante.

Información y contacto: René De Mar Tel. 643899184
gravitybreathing@gmail.com



Gravity Breathing
RESPIRACIÓN GRAVITATORIA