

# Taller: "Tu Cuerpo, Tu Poder"

## ¿Qué cuerpo necesitas para lograr tus propósitos?

¿Te sientes o te has sentido atrapad@ en una meta que no puedes lograr?

¿Cuántas acciones distintas has probado y no logras sostener tus propósitos y logros?

Las personas solemos buscar los logros en lo que la mente nos va indicando y probamos distintas acciones, pero nos volvemos a encontrar en el punto de inicio. Se llaman cambios pendulares: cambios pasajeros que finalmente nos regresan a nuestro estado original; a nuestros paradigmas originales.

El cuerpo tiene respuestas que la mente desconoce. Es posible sumar nuevas memorias en nuestro cuerpo y grabar en él nuevas posibilidades.

### Contenidos del taller

- El cuerpo como generador de contextos
- Presencia y Confluencia Corporal
- Proyecciones del movimiento
- Motores del movimiento
- Construyendo el cuerpo que necesitan tus propósitos

### Sobre la facilitadora

Mi nombre es Claudia León, soy Coach Ontológico y Organizacional, bailo desde hace 24 años y me mueve la pasión y el profundo sentido de servicio y acompañamiento a otros en su exploración y reconocimiento personal.

Mis pasiones; el coaching y el baile y mi vocación por acompañar e inspirar a otros, fueron los pilares para crear "Tu Cuerpo, Tu Poder". En este taller exploraremos nuestras posibilidades a través del cuerpo, para que sea nuestro aliado en el logro de nuestros propósitos"

Te invito a reconocer tu cuerpo y tus movimientos, como espacios de aprendizaje y de posibilidades para el logro de tus propósitos personales y potenciar tus fortalezas

Te invito a re-aprender desde tu cuerpo, reconocer qué mensajes envías con él, cómo es tu corporalidad cuando estás sol@ y cómo es cuando interactúas con otros, aprender patrones de movimiento y nuevas distinciones y entender qué cuerpo has estado llevando toda tu vida, para finalmente decidir qué cuerpo vas a comenzar a sostener para lograr tus objetivos.

Te invito a un espacio de movimiento, reflexión y encuentro con tu corporalidad el día domingo 29 de abril, desde las 10:00 a las 14:00 horas en Espacio Diana.

Retribución: \$15.000.-

### **Más información:**

claudia.leon@intuicia.cl

+569 7376 9346

**Nos Mo/Vemos!**