



RETIRO

PARA MUJERES QUE SE ELIGEN

EDICIÓN AURA

ES HORA DE ENCENDER TU LUZ

11 · 12 · 13 DE SEPTIEMBRE
EXTREMADURA (FERIA-BADAJOS)

@MEET_BELEN CREADORA CONSCIENTE

A veces, el ruido del día a día, las responsabilidades y el ritmo frenético apagan nuestra propia luz. Vivimos hacia fuera, resolviendo, cuidando y haciendo, hasta que nos damos cuenta de que nos hemos quedado en último lugar.

Edición Aura nace como un refugio. Un espacio de silencio donde, por fin, la prioridad seas tú. He bautizado este retiro así porque el propósito es limpiar la saturación mental y emocional, permitiendo que tu estado interno vuelva a reflejar claridad, paz y presencia.

ESTE VIAJE ES PARA TI SI:

- Necesitas un paréntesis real para descansar el cuerpo y la mente.**
- Sientes que has perdido tu centro y buscas reconectar con lo que de verdad necesitas.**
- Quieres experimentar el placer de habitarte sin juicios, solo desde el disfrute.**

AQUÍ NO VIENES A "HACER" MÁS COSAS. VIENES A RECORDAR QUIÉN ERES CUANDO TE PERMITES, SIMPLEMENTE, SER.

UN REFUGIO PARA LOS SENTIDOS

Naturaleza en Estado Puro



Nos alojaremos en una finca diseñada para el descanso, que disfrutaremos de forma íntegramente privada. No compartiremos el espacio con nadie más; la casa y sus rincones serán nuestro santuario particular durante todo el retiro.

Desde la calidez del salón con chimenea hasta la frescura de la piscina y sus zonas de sombra, cada rincón está pensado para acompañar tu proceso. Son espacios amplios y acogedores donde reforzaremos cada taller, permitiendo que todo lo vivido se integre en total calma y confort.



La arquitectura de piedra rústica mantiene una temperatura ideal de forma natural. Además, la casa está plenamente acondicionada para tu máximo confort: desde el abrazo del suelo radiante en los meses de frío, hasta los rincones frescos y sombreados para disfrutar del verano extremeño.

FACILITADORAS DE TU VIAJE

Belén Mosquera

Facilitadora de Retiros y de Biodanza.



Te acompañaré a través de mi metodología: la Biodanza Interior. Un proceso somático diseñado para que la reconexión con tu esencia sea física, sentida y transformadora. Juntas, utilizaremos el movimiento consciente para liberar tensiones, despertar la vitalidad y redescubrir el placer de habitarte.

"Es hora de volver a encender tu luz"

 @meet_belen

Clara Arias

**Coach de vida | Gestión Emocional y
facilitadora Sistemática.**



Te acompañaré a recuperar el equilibrio emocional, fortalecer tu autoestima y a reconstrarte contigo misma. Mediante el coaching y las Constelaciones Familiares (método de Bert Hellinger), facilito procesos que permiten soltar cargas del pasado y reconectar con la paz interior. Mi propósito es recordaros que siempre existe un camino de regreso hacia una misma."

"Soltar es elegirse y volver a la vida"

 @clariscoach

CARLOS JIMÉNEZ | CHEF PRIVADO & GASTRONOMÍA CON ALMA

Porque el cuidado debe ser pleno, nos acompañará de nuevo nuestro querido Chef Carlos Jiménez. Tras el éxito en nuestros anteriores retiros, Carlos vuelve para transformar cada comida en un ritual de bienestar.



Disfrutaremos de una gastronomía de autor, saludable y reconocida, diseñada por un referente de la cocina consciente. No es solo comida; es una experiencia de nutrición desde el placer y el respeto a tu cuerpo. Prepárate para deleitar tus sentidos con platos creados exclusivamente para nutrir tu cuerpo.



@ideasdelchef_thermomix

EL VIAJE DE EDICIÓN AURA

VIERNES: EL ATERRIZAJE Y LA APERTURA

A partir de las 18:00h te recibiremos en nuestro refugio privado. Iniciaremos con un **Círculo de Bienvenida** diseñado para soltar el ruido del viaje y aterrizar en el presente.

Comenzaremos nuestro proceso con un primer **Taller de Conexión**, preparando el cuerpo y la mente antes de nuestra primera **cena consciente** en grupo.

SÁBADO: INMERSIÓN EN TU PROPIA LUZ

El día más profundo del retiro. Comenzaremos con un **Amanecer en Movimiento** para desbloquear y despertar la vitalidad. A lo largo del día, nos sumergiremos en sesiones intensas de **Biodanza Interior** y diversos **Talleres de Gestión Emocional** y **Constelaciones Familiares** con Clara Arias nuestra coaching. **Disfrutaremos de un taller artístico en medio de la naturaleza**, donde los lienzos en blanco se convertirán en el espejo de tu mundo interior, permitiéndote plasmar tus emociones y liberar aquello que ya no necesitas cargar.

Nos sumergiremos en **Rutas Guiadas con dinámicas transformadoras** y, al caer la noche, viviremos la magia de los **Rituales de Fuego** y **Meditaciones Sonoras** bajo las estrellas. Un espacio plural diseñado para que cada taller sea un paso más hacia tu centro.

DOMINGO: INTEGRACIÓN , EXPANSIÓN Y CIERRE

Tras un nuevo Amanecer en Movimiento y un desayuno consciente, dedicaremos la mañana a la **Biodanza e Integración**.

Continuaremos con Talleres de Gestión Emocional y Meditaciones finales para

cerrar nuestro círculo, asegurándonos de que te lleves **herramientas prácticas** para mantener tu paz. Nos despediremos después del almuerzo, renovadas y con una **nueva mirada**.

Tu Inversión en Bienestar

¿Qué incluye tu experiencia Edición Aura?

Exclusividad: 3 días y 2 noches en nuestra finca privada.

Gastronomía: 5 comidas diarias diseñadas por nuestro Chef Privado.

Transformación: Círculo de Mujeres, Biodanza, Gestión Emocional, Talleres de Crecimiento Personal y Desarrollo Humano.

Conexión: Rutas guiadas, rituales ancestrales y meditación sonora.

Comunidad: Acompañamiento previo y grupo de WhatsApp exclusivo.

Detalles: Kit de bienvenida y fotografía profesional del proceso

**PRECIO OFICIAL DE RETIRO : 325
TODO INCLUIDO**

RESERVA TU PLAZA Y DISFRUTA DE NUESTRA FACILIDAD DE PAGO:

Para garantizar la intimidad y la profundidad del grupo, las plazas son limitadas .

Para que la gestión sea sencilla y personalizada, la reserva se realiza directamente conmigo por WhatsApp siguiendo estos dos pasos:

Reserva: **Primer pago de 150 €** a través de Bizum para asegurar tu plaza 698989353

Resto: Los **175 € restantes** se entregarán en **efectivo el día de llegada al retiro.**

**PINCHA AQUI PARA
RESERVAR TU PLAZA**

¿Quieres ver cómo lo vivimos? →

ASÍ LO VIVIERON ELLAS...

Ahora te toca a ti.



¿Tienes alguna duda?
Escríbeme al 698989353 y la
resolvemos juntas.