



# Taller de Meditación (MTT)

Los Miércoles en AureA's  
Aportación 10 Euros

Facilita: Isabel MariAn

[www.conociendotuser.com](http://www.conociendotuser.com)

Taller que permite trabajar con el poder mental como herramienta para alcanzar metas concretas, ayudándonos a conseguir el equilibrio de cuerpo-mente espíritu a través de la mente abstracta, visualizando un determinado recorrido en dos fases: “movimiento y relajación absoluta”.

El taller trabaja con una estructura de fondo espiritual activando el cuerpo energético profundo. Sea que busques activar la mente, despertar el alma, reducir el estrés, mejorar la calidad de vida, reducir el insomnio, encontrar soluciones, despejarte de los problemas del día a día, o encontrar tu alma, este taller te ayudará a conseguir tus objetivos, ayudándote a atraer lo que desees a tu vida

Por encima de todo, te ayudará a sentirme muy bien...

Centro AureA's  
Sardenya, 261,263  
Barcelona (metro Sagrada Familia) Tel. 93 553 56 11



Email: [conociendotuser@gmail.com](mailto:conociendotuser@gmail.com) – Tel. 618028959