

PROGRAMACIÓN FESTIVAL DE VERANO EN ASTURIAS (24 de agosto-31 de agosto de 2013)

Esta programación está actualizada a fecha lunes 19 de agosto.

TALLERES

El pie espejo del alma *Nuria Proensa*

De la misma manera que nuestros órganos están reflejados en nuestros pies, nuestras emociones y formas de hacer también dejan su huella particular. La intención de la charla es hacer un acercamiento a la reflexología podal haciendo incapié en el significado de callos, durezas, deformaciones articulares, etc.

Charla informativa con prácticas.

Ho'ponopono *Adolfo Pérez Agustí*

Método psicológico para encontrar la felicidad mediante el perdón, y conseguir realizar todos nuestros deseos. *Taller participativo y de reflexión.*

Revertir el envejecimiento *Adolfo Pérez Agustí*

Remedios naturales y pautas psicológicas para mejorar a cualquier edad nuestra salud, aspecto y sexualidad. El objetivo es conseguir llevarnos a épocas de esplendor mediante las soluciones de la medicina natural. *Taller de recursos prácticos.*

Afrodisiacos naturales *Adolfo Pérez Agustí*

Plenitud sexual a cualquier edad. *Taller de salud.*

El arte como expresión creativa *Juan Ruiz Ibáñez*

Este taller nos permitirá descubrir esa parte creativa que todos llevamos dentro, utilizando técnicas de dibujo y pintura. Además de poder apreciar los valores del arte, cada participante realizará una obra artística por persona que después expondrá para que todos la vean, y se la podrá llevar a casa. No se necesitan habilidades o conocimientos especiales, todo el mundo puede participar. *Taller práctico guiado. Se podrá hacer varias veces.*

Taller de tantra *Fco José Cebolla*

El tantra es vivir la vida meditativamente, comer, andar, tocar, etc. Se intenta vivir el ser en su totalidad. La base del tantra es la presencia y el estar conectado con uno mismo, y es para

todo tipo de público. *Curso de 3 sesiones, en días distintos, se hará en parejas.*

Biodescodificación y libertad emocional *Paco Vinagre y Gema Moreno*

La biodescodificación es un enfoque terapéutico nuevo, que propone que las “enfermedades” no existen como tales, sino que se trata de programas biológicos de adaptación a situaciones de estrés. Por tanto, para empezar a sanar sólo habría que encontrar y desactivar emocionalmente la situación que desencadenó el conflicto estresante. Se utilizan, generalmente, técnicas de PNL y otras propias, de libertad emocional.

Charla informativa

Prácticas en grupo de biodescodificación y libertad emocional

Paco Vinagre y Gema Moreno

Después de explicar el marco teórico de la Biodescodificación y la Libertad Emocional podemos empezar a practicarlo comenzando el tratamiento de cualquier miedo, fobia, intolerancia o alergia.

Taller práctico.

Sentir la energía *Paco Vinagre y Gema Moreno*

Mediante sencillos procedimientos aprenderemos a sentir la energía de nuestro cuerpo y lo que ocurre con ella cuando llevamos nuestra atención a las zonas de los diferentes chakras. Veremos los efectos que tiene en nosotros interactuar con la energía de los demás al dar y recibir. Será un taller práctico y divertido que seguro que te sorprende. *Taller práctico.*

Taller amor y sexo *Paco Vinagre y Gema Moreno*

¿Qué es realmente el Amor? ¿Cómo tengo que sentirlo? ¿Tengo algún control sobre él? Además, cuando aparece el sexo todo se complica y pueden surgir impulsos que parecen ir en contra del amor. *Charla-taller.*

Naturaleza, sociedad, economía y espiritualidad *Paco Vinagre y Gema Moreno*

En este coloquio proponemos la idea de que el hombre puede cambiar totalmente y decidir quién y cómo ser, y explorar las consecuencias que produciría en su entorno. *Charla-coloquio.*

Meditación libertad emocional para sanar la tierra *Paco Vinagre y Gema Moreno*

Trabajaremos sobre cómo nos hace sentir el estado actual del Mundo y, aprovechando la fuerza de la meditación en grupo, obtendremos resultados más potentes. *Meditación.*

Biodanza *Luix García Lechosa*

Curso recomendado para practicantes habituales de biodanza o facilitadores.

Curso de 3 días en sesiones de 3 horas, con teoría y mucha vivencia.

Numerología pitagórica *Walt*

El objetivo es conocer tus números de destino, tu interior y personalidad para descubrir tu propósito de vida y encontrar salidas en procesos de crisis y cambios personales. *Taller de 3 sesiones de hora y media, teórico-práctico.*

Taller de movimiento creativo *Walt*

Se combinan técnicas de expresión corporal y danzaterapia, enfocando en las emociones y el corazón. Es como una meditación activa, a través del juego, la música, el contacto y la danza.

Se puede usar como base de cada uno, el número de destino calculado en el otro taller.

Taller de 3 días en sesiones de hora y media a dos horas, con teoría y mucha práctica.

Masaje metamórfico *Rafael Puya*

Masajes en pies manos y cabeza producen un cambio y transforma la manera de ser.

Taller práctico con una introducción básica. Masaje Terapéutico.

Básico de reflexología podal *Isabel Menéndez*

Fundamentos principales sistemas del cuerpo físico y puntos de reflejo del pie. Aplicaciones terapéuticas, prácticas de reflexología, activación de los puntos de reflejos de cada sistema mediante masaje. *Terapia natural.*

Taller de resiliencia *Grégoire*

Se abre aquí un espacio donde profundizaremos en la resiliencia –esta cualidad que nos hace ser más fuertes después de un golpe duro en la vida– y compartiremos herramientas, estrategias y prácticas para avanzar en nuestra propia resiliencia. *Taller participativo de 2 horas de duración, en 2 días:*

un día teoría "Qué es la resiliencia?" , otro día práctica "Trabajar mi resiliencia"

Taller de relajación cinética *Grégoire*

Técnica práctica y fácil de relajarse utilizando el movimiento, con el fin de armonizar nuestras polaridades interiores y transportar esta armonía a nuestra relación con el exterior y nosotros mismos. *Taller práctico de 1 hora de duración*

Introducción a la meditación *Grégoire*

¿Qué es meditar?, y, ¿para qué meditar?. Reflexiones sobre la meditación, la mente, la consciencia, y práctica de meditación. *Encuentro-taller de 2 horas de duración.*

Taller de cambio *Grégoire*

"Sé tú mismo el cambio que quieres para el mundo". Alternativas y proyectos. Transformación interior. Herramientas de cambio. *Taller práctico de 2 hora de duración*

Taller abriendo el corazón para la imbecilidad, la sensualidad y la intimidad

Abilio Messías Andrade

Proceso de terapia auto-ayuda, un espacio para la comunicación desde la confianza, ser libres para expresarse. Disfrutar de nuestra imbecilidad jugando y aceptando que nuestro caso no tiene solución. Tomando conciencia de que somos espejos, y que en la periferia somos distintos, pero en el ser somos uno. Conviene estar todo el proceso. *Durante tres sesiones de 1 hora y media a dos horas, en cuatro días.*

Curso de reflexología podal *Ricardo Valencia*

Aprender a sentir las bondades terapéuticas que la Reflexología podal nos aporta nuestro organismo y su conocimiento básico de la citada técnica.

Curso básico, formativo, con parte teórica, siendo eminentemente práctico desde el primer día, trabajando por parejas de forma participativa. *Dos horas diarias durante 5 días.*

Introducción a la geometría sagrada *Juan Luís Jeréz*

Historia, descripción y aplicaciones de modelos geométricos.

Tres clases de 1 hora de duración 1 teórica y 2 prácticas.

Risoterapia *Lourdes Ranera*

Reír, llorar, meditar. Conectas y te olvidas de tu mente, haciendo que tus endorfinas te relajen y creando bienestar a través de la risa. Tres sesiones de 1 hora, independientes entre sí.

Arteterapia, ¿qué necesito para ser más feliz? *María Triviño Villar*

Arteterapia, ¿cómo me boicoteo? *María Triviño Villar*

En estos dos talleres aprenderemos a identificar nuestra/s necesidad/es real/es y a detectar las creencias y comportamientos que nos dificultan o impiden que las satisfagamos.

Son dos talleres prácticos de 2 horas, en dos días, conviene ir a los dos.

Tensegridad *Carlos F. Hombrados*

La Tensegridad son movimientos que permiten el estiramiento y el funcionamiento óptimo del sistema tendinomuscular del cuerpo aportando bienestar físico y claridad mental a los practicantes. *Todas las mañanas, dos horas*

BSFF Libérate rápido *Miguel Carrera Troyano*

Es una técnica terapéutica de gran sencillez y extraordinariamente útil para autotratamiento. Sobre todo, para aquellas personas a las que les es difícil recordar sucesos del pasado relacionados con sus emociones. *Talleres de 2 horas de duración.*

Taller iniciación Reiki I *Fernando Torres Pérez*

Los participantes serán iniciados para adquirir la capacidad de canalizar la Energía Universal Reiki, y se les enseñará a aplicarla en ellos mismos y en terceras personas. Posibilidad de que a cada participante se le entregará amplio manual, diploma y CD de música para tratamientos.

Chi-kung *Chari*

Sesiones en las que se aprende a canalizar la energía mediante los movimientos y la respiración. *Todas las mañanas, después del desayuno, una hora o algo más.*

Biodanza *Fernando Tucho*

A través de la música, el cuerpo, y el grupo se llega a las emociones, un encuentro con nuestro corazón. *Sesiones sueltas, de 2 horas.*

Cantos kirtan *Ana Muñoz*

Para cantar y recitar mantras, y cantos. *Al caer la tarde.*

Eneagrama *Santi*

Conocerse a sí mismo, a los demás y cómo nos relacionamos. Desde la tradición Sufí, se definen los caracteres básicos en el ser humano. Mediante juegos escénicos conscientes, podremos conocer nuestro eneatiipo.

PNL, José Manuel Ruiz

Tarot, genealogías José Manuel Ruiz

Taller de Sin vergüenza Beni Sánchez

Para vencer nuestros bloqueos y salir a escena con todo nuestro corazón y desparpajo. *Después de cenar, para ir con energía*

SESIONES INDIVIDUALES

Reiki

Fernando Torres

Sesión demostrativa individual de tratamiento con Reiki durante aproximadamente 45 minutos, para que cada participante pueda experimentar los beneficios físicos, mentales, emocionales y espirituales de esta maravillosa energía.

Péndulo hebreo

Fernando Torres

El Péndulo Hebreo nos permite: detectar los desequilibrios energéticos antes de que se manifiesten en el cuerpo físico; hacer una limpieza del aura profunda a nivel celular; y armonizar las alteraciones a nivel físico, emocional y mental que podamos tener

Biodescodificación y libertad emocional

Nuria Proensa

Sesiones individual (ver más arriba la explicación en el taller del mismo título).

Shiatsu

Ricardo Valencia

Técnicas corporales a base de presiones en diferentes zonas del cuerpo.

Masajes de espalda

Rafael Puya

Masaje metamórfico

Victoria Martínez

Lecturas del oráculo y los cristales del poder

Miluca.

A través de la consulta con las cartas del Oráculo conectaremos con la Conciencia Cósmica accediendo a su información, la cual veremos reflejada por las cartas de de Los Seres de Luz que hayamos atraído, y los cristales de poder que nos indican.

ACTIVIDADES ABIERTAS

Al amanecer, al anochecer

Meditación, Tai Chi, Danzas, Chi kung, Canto.

ACTIVIDADES COLECTIVAS

Senderismo nocturno

“Es senderismo, pero por la noche.” (Llevar linternas es buena idea)

Noche de los talentos: expresa tu arte en la escena

Cuentacuentos, cuentachistes, cantanoches, danzantes, lo que haces en casa cuando nadie te ve, y además te sale guay, o eso crees tú... aprovecha y lánzate

Hoguera

Algo chamánico, algo de nuestra infancia de campamentos, algo de la magia del fuego

Senderismo / excursiones / playa

Río Dobra, Covadonga y lagos, Bufones de la costa, Río Sella, pueblos con hórreos, ermitas, bosques y bosquecillos cercanos.

“Y la sidrería de arriba, y el chigre de abajo”

Multiaventura:

Además de las actividades de ágora, se pueden contratar estas actividades con los propietarios del Palacio de la Teyería, que nos hacen buenas ofertas:

piragüismo, barranquismo, equitación, tiro con arco, paseos.