

Altafit Vitoria

16 marzo

15 a 19 h



5RITMOS®

con Noelia Ruiz

Recuperar **la Inocencia**

# Recuperar la Inocencia

En este encuentro te invito a formar parte de un espacio donde la delicadeza nos lleve a recuperar un tesoro que con mucha frecuencia queda en el olvido: **la inocencia**.

Una inocencia que se mueve en relación a su sentir renunciando a los obstáculos que impiden vivir desde tus propias sensaciones.

Una inocencia que no entiende de pérdidas y sólo apuesta por lo que se es en presente.

Una inocencia que vive desde la autenticidad, dejando huella, moviéndose con el respeto y la admiración de lo que la acompaña.

Una inocencia que te abre a una nueva versión de ti mismo, desorientando tus propias ataduras, y apostando por lo que nace en ti sin engaños ni condiciones.

Una inocencia que te une al mundo y te hace sentir parte de él.

Una inocencia que te recuerda que no dejas de ser lo que eres porque hagas una u otra cosa, sino cuando te abandonas en ello.

La inocencia es la tierra para cultivar nuestra mejor versión en cualquier circunstancia.

¿Me acompañas a su encuentro?

**Noelia Ruiz**

Profesora Certificada de 5Ritmos 2011

# Recuperar la Inocencia.- Un taller de 5Ritmos® del nivel de Olas

**Imparte:** Noelia Ruiz [www.inspiracionenmovimiento.com](http://www.inspiracionenmovimiento.com)

**Lugar:** **Altafit Vitoria.** C/ Calle San Prudencio 6 (calle peatonal)  
VITORIA GASTEIZ

## **Aparcamiento más próximo:**

- Justo detrás del gimnasio hay un aparcamiento de pago llamado AMARICA
- A 600 m existe una zona universitaria con multitud de aparcamientos gratuitos

**Fecha:** Sábado 16 de marzo 2019

**Horario:** 15 a 19 horas

**Precio:** 30 €

## **Inscripciones y reserva de plazas:**

[noelia@inspiracionenmovimiento.com](mailto:noelia@inspiracionenmovimiento.com)

Móvil: 645 681 829

No existen requisitos necesarios previos para la realización del taller.

Noelia Ruiz es una profesora acreditada 5RTA y todos los créditos de este taller contarán en futuras formaciones de 5Ritmos.