

ALTAFIT VITORIA

Sábado 9 de noviembre

15 a 19 h

Colócate y lo sabrás



5RITMOS®

con Noelia Ruiz

AHORA es el mejor momento para tomar tierra.
AQUÍ es el espacio que está esperando a ser encontrado.
Lo único que necesitas es saber que **ya eres parte.**

Colócate y lo sabrás

Vivir sin habitarse es pasar el tiempo anestesiado por estímulos externos.
Actuar sin sentir te aísla de ti mismo.

Cuando uno ha sentido lo que es un hogar dentro de sí mismo, necesita continuar expandiendo ese hogar en cada situación del día a día. Es preciso silenciar las batallas externas para que podamos escuchar la propia sabiduría interior. Lo cual, puede convertirse en un arte y un disfrute, cuando nos damos la oportunidad de entrar en la vida como un molde diseñado exhaustivamente donde cada uno pueda encontrarse y reconocerse.

Tomemos tierra y nutrémonos de ello.

Noelia Ruiz
Profesora Certificada de 5Ritmos 2011

Colócate y lo sabrás - Un taller de 5Ritmos® del nivel de Olas

Imparte: Noelia Ruiz

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 9 de noviembre 2019

Horario: 15 a 19 horas

Precio: 40 €

Inscripciones y reserva de plazas:

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.