

Inspiración en Movimiento

Vacaciones para Cuerpo y Alma con

**En Amar Arte**

Semana residencial en Lacasatoya  
del 9 al 15 de agosto



*Propuesta veraniega para:*

# En Amor Arte

(Término del Poeta Antonio García de la Serrana)

Gracias a todo lo que hemos vivido y al momento que estamos transitando he sentido un gran impulso para ofrecer este espacio donde disfrutar tanto del poder del movimiento como del recibir la pausa y la escucha.

Una semana para nutrir y enriquecer tanto nuestra parte más espiritual como mundana. Un viaje con espacios de movimiento, de aprendizaje, de creatividad, de diversión, de tranquilidad, de compañía y de soledad.

Una propuesta para abrirse al encuentro a través de la suavidad sin presión ni búsqueda.

¿De qué se trata?

La semana supone un viaje de exploración y de encuentro con uno mismo, gracias al movimiento, a la creatividad y a los espacios de descanso y nutrición física.

El propósito es transitar un viaje que reafirme nuestra relación con la delicadeza y la suavidad, gracias a un reencuentro íntimo y verdadero con nuestra capacidad de ser arte, belleza y amor.

Cuando nos adentramos en un viaje como éste, estamos abriendo nuestra capacidad de enraizar la experiencia al día a día. El sentido no es darnos “el gran viaje satisfactorio de unas vacaciones para el alma”, sino más bien, cultivar un terreno fértil donde las semillas encontradas continúen dando lo mejor de sí en el día a día.

## ¿Cómo será la semana?

**El lunes** será nuestro aterrizaje. Juntos crearemos un cálido recibimiento. Nos instalaremos, nos encontraremos como grupo, conectaremos con el espacio, bailaremos, compartiremos...

**Cada mañana disfrutaremos de un despertar** de una forma divertida y muy transformadora. Donde ejercicios de Qi, manos y otras disciplinas alineen nuestro cuerpo para prepararlo antes del desayuno. Siempre será opcional y modificable según lo que se esté viviendo como grupo.

**Tras el desayuno** profundizaremos en el aprendizaje y el conocimiento de los elementos a través del movimiento. Cada día nos centraremos en uno, encontrando la relación íntima que tenemos con cada uno, haciéndonos sensibles a ellos dentro de nosotros, aprendiendo a reconocerlos y a movernos a través de su sabiduría.

**Las tardes** serán dedicadas a la parte más artística de nosotros. Una vez sintonizados en el elemento del día, encontraremos una situación personal que se relacione con él. A partir de ahí, jugaremos a través de propuestas que nos lleven a encontrar tras lo aparente, la parte artística, bella y creativa. Convirtiendo lo que pudiera parecer un obstáculo o dificultad en tu vida, en una verdadera pieza de arte.

Siempre habrá momentos para pasear por la naturaleza, disfrutar de la piscina, del sol, de la tranquilidad...

**El fin de semana** estará lleno de sorpresas como conexión y unificación de todo lo vivido durante la semana.

Los espacios nacerán a través de nuestro compartir, esto es sólo la primera pincelada. El resto se dará a través de vuestra presencia y vuestra aportación. Sólo el momento puede mostrar su necesidad y su potencial de crear y nutrir.

Para mí, esta propuesta, es algo más que un simple espacio donde poder bailar y descansar. Se trata de una oportunidad para escuchar la sabiduría de la vida, para saborear lo que otros han dado para que este momento llegue a nosotros, para experimentar el sentido de nuestra propia presencia en cada espacio que toca vivir. Para en amor arte, en cada instante.



## *Datos prácticos para la semana intensiva*

**Fecha:** del 9 al 15 de agosto del 2021

**Horario de entrada y salida:**

- **Lunes 9:** Comenzaremos a las 17 horas. Puedes llegar a partir de las 16 horas para instalarte.
- **Domingo 15:** Finalizaremos tras la comida.

**Lugar:** LACASATOYA, Aluenda (Calatayud)

**Régimen:**

Pensión completa. (Desde la cena del lunes a la comida del domingo).  
Buffet libre ovolactovegetariano.

**Alojamiento:**

El alojamiento se realiza en habitaciones cuádruples. (Si es posible con la normativa vigente del momento, si sólo se pudiera en dobles o individual, el precio se incrementaría según el tipo de alojamiento). Si tienes alguna preferencia para compartir la habitación con otro participante comunícalo en el momento de la inscripción.

También hay opción de habitaciones dobles o individuales con un incremento en el precio.  
(Consulta disponibilidad y precios).

**Precio:** 695€ (todo incluido)

**Información y reserva de plazas:**

645 681 829

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

**Pago y preinscripción:**

Para recibir toda la información sobre el pago y la inscripción puedes llamar al teléfono anterior o bien enviar un email.

