

ACTIVIDADES
PARA
LOS **7** SENTIDOS

Montanejos
Inspira
- 2025 -

Organiza:
**Fundación Montanejos y
Ayuntamiento de Montanejos.**

Creación y Dirección:
**KINESIS FISIOTERAPIA
EXPERIENCIAS DE
SALUD Y BIENESTAR.**

3 y 4 de MAYO
BIENESTAR Y NATURALEZA

Organiza:      Dirige: 

MÁS INFO: administracion@visitmontanejos.com · WHATSAPP: +34 606 917 013

SABADO 3 DE MAYO

17.00 h.

**BIENVENIDA. TALLER: MINDFULNESS CORPORAL
BIBIANA BADENES**

LA PRESENCIA COMO BIENESTAR EN TUS RELACIONES Y PRÁCTICAS DE MOVIMIENTO Y FITNESS.

Fisioterapeuta, directora de la Clínica Kinesis de Benicàssim, creadora del método Inteligencia Corporal. Autora del libro Inteligencia Corporal Ed RBA. Directora de eventos de bienestar y salud y en concreto del evento Montanejos Inspira.

LUGAR: Villa Purificación Carretera de Tales, 48

17.30 h. – 18:45 h.

TALLER: EL ARTE DE SER HELENA BARQUILLA.

LOS BENEFICIOS DEL MOVIMIENTO Y DANZA CONSCIENTE PARA EL BIENESTAR Y EL DESARROLLO HUMANO

Primera española formada como profesora de 5 Ritmos. Licenciada en Antropología.

Ha investigado prácticas de sanación en Sudamérica. Formada en Terapia Gestalt y en Bioenergética Integrativa. Profesora de Yoga Integral. Monitora de Mindfulness (MBTB). Creadora de la Formación ÁNIMA.

18:45 h. – 19:00 h. PAUSA CAFE

19:00 h. – 20.45 h.

**CONFERENCIA Y NEUROTABLAO
ANA BELÉN LÓPEZ RODRÍGUEZ**

Doctora en Neurociencia y bailaora.

DE UNA MANERA SENCILLA, LA NEUROCIENCIA Y EL FLAMENCO SE ENTRELAZAN DE MANERA ÚNICA, CREANDO UN ENCUENTRO VIBRANTE ENTRE DOS DISCIPLINAS APASIONANTES.

Conferenciante/bailaora: Ana Belén López Rodríguez
Bailaora: Sara Ramos
Cantaor: Ángel López de Toro
Guitarrista: Ricardo Espada

El neurotablaos es una experiencia única en la que se fusiona la Neurociencia y el Flamenco tradicional. Consiste en una charla de divulgación científica, danza y cante al mismo tiempo sobre los beneficios de la danza.

Será un evento multisensorial con música, cante y baile en directo, acompañada por la talentosa bailaora y titulada en Pedagogía de la Danza, Sara Ramos.

LUGAR: Villa Purificación Carretera de Tales, 48

DOMINGO 4 DE MAYO

9:30 h. – 10:45 h.

**NIA MOVIMIENTO: FORMA Y LIBERTAD
CON BEATRIX BODA**

MOVERNOS Y SOLTARNOS

LA DANZA Y EL MOVIMIENTO ES UNA FORMA DE EXPRESAR Y ENTENDER LA VIDA

Profesora de Nia Cinturón Negro, terapeuta de Danza Movimiento Terapia, Licenciada en Pedagogía.

Beatrix cree profundamente en la inteligencia corporal cinestésica, en que el cuerpo nació para moverse y el alma para volar. No se requiere experiencia previa.

LUGAR: Villa Purificación Carretera de Tales, 48

11:00 h. – 12:15 h.

TALLERES

ENCIENDE TU VELA (Requiere inscripción)
por **CANDELA ROSA**

Taller donde crearas tu propia vela con cera vegana y ecológica. Cada producto es elaborado a mano con mucho amor y por eso no hay dos productos iguales, porque la perfección de un producto artesanal es la imperfección.

Al encender una vela hay algo mas hoy en dia, hoy lo descubrirás.

LUGAR: Villa Purificación Carretera de Tales, 48

RELAJACIÓN Y SOSTÉN, FLOTACIÓN
por **BIBIANA BADENES, SILVIA GUILLAMON
Y EQUIPO DE KINESIS**

Una experiencia única donde el agua es el terapeuta, nuestro cuerpo se funde en una danza y la relajación aparece sin más, el mejor regalo antiestrés. (plazas limitadas, requiere inscripción y pago entrada balneario)

LUGAR: Balneario Montanejos, Carrer de Tales 32.

12.30 h. – 13.30 h.

**LA CAMINATA ANCESTRAL DE LOS 4 ELEMENTOS
OSCAR HERRERO**

Esta práctica te ayuda a reconectar con la naturaleza mejorando tu equilibrio energético y tu estado de ánimo, y con una reducción del estrés.

Formado en las artes chamánicas de la mano de chamanes e iniciados mexicanos, orientales y africanos. Facilita experiencias que favorecen la unión del cuerpo y el espíritu a través del contacto con la naturaleza y de técnicas ancestrales que provienen de pueblos como los Yaquis de Sonora y los Mazatecos de Oaxaca.

Punto de Encuentro:

Villa Purificación Carretera de Tales, 48

DESPEDIDA TODOS JUNTOS

CIERRE A CARGO DE LAS AUTORIDADES

Montanejos Inspira

Las actividades empezaran a la hora indicada, SE RUEGA PUNTUALIDAD EN TODAS LAS ACTIVIDADES

Ropa cómoda, calzado adecuado según las actividades. No requiere una preparación física. Para la actividad del balneario gorro y bañador.

Programa abierto al público en general

Revise que en algunas actividades es necesario inscribirse

Teléfono de contacto / Whatsapp: 606 91 70 13

Email: kinesis@kinesis.es

Registro e inscripciones:

administracion@visitmontanejos.com

