



# LABORATORIO DE BIENESTAR

Ciencia y arte para la vida



**“No es solo un curso de salud, es el mapa para habitar tu vida con plenitud.”**

---

¿Alguna vez has sentido que vives desconectado de tu cuerpo? ¿Buscas equilibrio pero no sabes cómo armonizar tus hábitos con las leyes de la naturaleza? Es hora de cambiar la inercia por consciencia y el estrés por el arte de vivir en equilibrio.

---

## **¿Y esto sí es para mí?**

Si buscas un viaje de autodescubrimiento diseñado para armonizar tu vida física, mental y emocional, aquí no venimos a darte teorías vacías, sino herramientas prácticas para comprender tu biología integral.

---

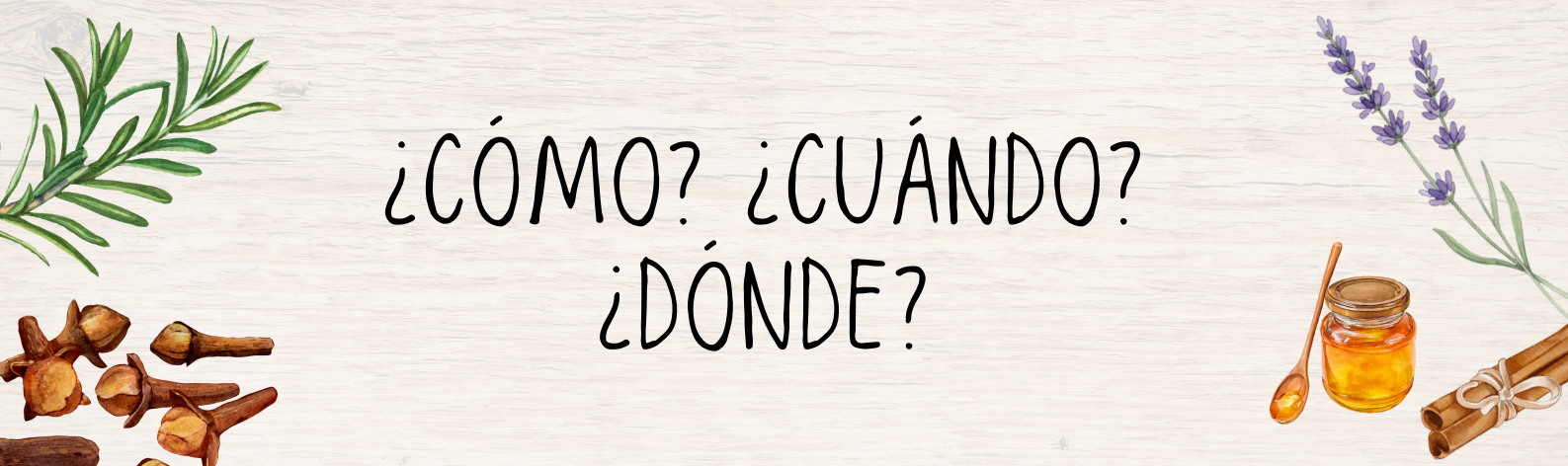
## **¿Cómo lo hacemos?**

### **El enfoque integral**

Estudiamos sistemas biológicos integrados. Unimos la ciencia de occidente (neurociencias, bioquímica, anatomía) con la sabiduría de oriente para que comprendas tu organismo como un todo interconectado.

### **Ciencia y arte para la vida**

Aquí venimos a experimentar con los sentidos. A través de posturas, meditación y la expresión artística, transformamos el conocimiento técnico en rituales personalizados que potenciarán tu salud cotidiana.



# ¿CÓMO? ¿CUÁNDO? ¿DÓNDE?

El curso tiene una duración de **7 meses**

**(29 sesiones en total)**

- **Frecuencia:** todos los **jueves**.
- **Horario:** sesiones de **60 minutos** de conocimiento práctico, real y directo, de **5:30 a 6:30 pm**.
- **Lugar:** Café Flamel - Guarne.
- **Fecha de inicio:** jueves 9 de abril
- **Fecha de cierre:** jueves 22 de octubre.

---

## ¿Qué lograrás al finalizar?

- Comprender tu cuerpo como un territorio sagrado.
- Crear rituales de bienestar personalizados.
- Implementar hábitos de higiene del sueño y postura.
- Mejorar tu calidad de vida mediante la consciencia biológica.



# LOS DETALLES FINALES

## ¿Qué incluye el curso?

**29 Clases en vivo (60 min c/u):** práctica real y directa.

**Clases especiales con 4 expertos:** tendrás 4 sesiones únicas de cocina, rumba aeróbica, psicología positiva y psicología aplicada.

**Diversas técnicas de bienestar:** entre ellas, terapias con aromas, masajes y música, respiración consciente, higiene postural y del sueño, alimentación natural, programación neurolingüística (PNL) y técnicas artísticas.

**Acompañamiento constante:** resolución de dudas entre sesiones a través de grupo exclusivo de Whatsapp.

**Comunidad:** un grupo de apoyo y sin juicio para crecer junto a otros viajeros conscientes.

---

## ¿Y qué costo tiene?

**Matrícula:** \$120.000 COP. - con posibilidad de pagar en 2 cuotas.

**Mensualidad:** \$95.000 COP.

Si estás inscrito en cualquier otro curso de nuestra alianza, la mensualidad te queda en **tan sólo \$67.000 COP.**

Si traes referidos que se inscriban a cualquier curso de nuestra alianza tendrás un **descuento de 10% en los primeros 3 meses de la mensualidad** por cada referido que se matricule, así, entre más referidos traigas, más descuento tienes.

También tenemos planes más exclusivos **individuales o en pareja**, si te interesa hacer así el viaje me avisas y te cuento mejor ;).

¿QUÉ ES ESO DE  
LA ALIANZA?



Bueno, resulta que desde el **Laboratorio de Bienestar** nos aliamos con **Uwacol** para ofrecer diferentes **propuestas educativas** que enriquezcan **la cultura** desde la ciencia y el arte.

Aquí te paso una lista de todas las opciones que tenemos para que te antojés, armes tu paquete de cursos y ahorres en las mensualidades.

## Otros cursos de la alianza Uwacol

### Música

- Canto
- Piano infantil
- Piano para jóvenes y adultos
- Guitarra acústica
- Guitarra eléctrica
- Tiple
- Ukelele
- Iniciación musical para niños

---

### Otras

- Iniciación a la Ilustración y la Pintura para niños y adultos.
  - Cocina sin miedo.
  - Ciencias divertidas para niños.
  - Permacultura animal. Cuidado consciente de perros y gatos.
-