

PROGRAMA INTEGRAL DE SALUD Y BIENESTAR

Descubre cómo alcanzar una vida saludable



13,14 Y 15 DE SEPTIEMBRE GRAN CANARIA
27, 28 Y 29 DE SEPTIEMBRE TENERIFE.



922 200 079



681 296 118

ayuno@medicosantiagomarrero.com

PROGRAMA



El Arte de Sanar-te: cómo montar tu botiquín natural



Interpretación signos enfermedad y análisis clínicos: Detecta problemas antes de que se agraven.



Microbiota intestinal: el poder de las bacterias buenas



Entendiendo el movimiento corporal: el papel del movimiento en la salud



Organización para vivir mejor: mejora tu día a día con una buena planificación



Suplementos Esenciales: aprende cuándo y como tomarlos



Valoración antropométrica: conoce tu cuerpo y sus riesgos asociados



Filosofía del Yoga aplicada al día a día: conecta mente y cuerpo

“Lo que medimos tiende a mejorar”

Es importante establecer objetivos personales con una intención clara de mejorar nuestra salud y calidad de vida. Te proponemos que pienses sobre tres objetivos de salud que te gustaría alcanzar en un determinado plazo de tiempo. Te recordamos que los objetivos deben ser: realistas, medibles y alcanzables.

Modalidades

A) Ayuno total: solo agua e infusiones (72 horas)

- Retiro de 72 horas con ayuno profundo. Incluye estancia
- Accede a todas las horas de formación.
- Incluye una hora extra de formación: “Autoconocimiento a través del proceso artístico” (solo en Tenerife).

B) Formación intensiva

- Formación 8 horas (viernes tarde y sábado).
- No incluye comida ni estancia.

Importante:

Recomendamos venir en ayunas, *en el caso de optar a la modalidad de ayuno total, el día 1 (última comida: la cena del día anterior al inicio del taller)*. Las instrucciones de cómo entrar y salir del ayuno, se enviarán por correo previamente.

FECHAS, LUGAR Y PRECIO

GRAN CANARIA

FECHA : 13 14 Y 15 DE SEPTIEMBRE

LUGAR: Casa de Espiritualidad Dominicas, Teror

- Modalidad Ayuno: Habitación individual (Doble a petición)

PRECIO:

Formación Intensiva: 295 euros

Ayuno prolongado: 390 euros

TENERIFE

FECHA : 27, 28 Y 29 DE SEPTIEMBRE

LUGAR: Colegio Pureza de María Los Realejos.

- Modalidad Ayuno: Habitación individual (Doble a petición)

PRECIO:

Formación Intensiva: 295 euros

Ayuno prolongado: 350 euros



MEDICINA
DE PRECISIÓN
E INTEGRATIVA

INSCRIPCIONES

1.- Envía un mensaje por Whatsapp al 681.296.118 o correo electrónico a ayuno@medicosantiagomarrero.com indicando que te quieres inscribir, con tu nombre completo y correo electrónico.

2.- **La reserva de tu plaza** será efectiva a la recepción del ingreso en la cuenta (debidamente justificado), realizando el pago de 150 euros (concepto: NOMBRE completo y LA MODALIDAD Y LA ISLA DONDE LO VAS A REALIZAR ejemplo: AYUNO TENERIFE, FORMACION GRAN CANARIA) a la cuenta ES06 0073 0100 5705 4977 0693.

Titular Santiago Marrero Núñez.

El importe restante deberás realizarlo 5 días antes del comienzo del ayuno (fecha máxima 8 de septiembre Gran Canaria, 22 de septiembre Tenerife)

En caso de que hayas realizado la reserva, y desistas asistir, solo será retornable **20 euros (debido a gastos de gestión y reserva) y nos los comunicas 5 días previo al inicio del Programa**. No es válida tu reserva para otras ediciones.

*Que incluye el precio modalidad formación: Formación con profesionales cualificados, Seguro de responsabilidad civil, Asistencia a clases, Agua e Infusiones, Gestión Administrativa e información previa.

** Que incluye el precio modalidad ayuno: Estancia en habitación individual (doble a petición), Supervisión médica, Test de autofagia, Asistencia a clases, Agua e Infusiones, Gestión Administrativa e información previa.



922 200 079



681 296 118

ayuno@medicosantiagomarrero.com

PONENTES

Dr. Santiago Marrero Núñez

Experto en Medicina Biorreguladora y Experto en Terapia Neural por la Universidad de Alcalá de Henares (Madrid).
Formando en Clínica Riordan (Kansas EEUU).

Carla Firmino Ribeiro

Maestra especializada en pedagogía Waldorf, pedagogía curativa y terapia social. Pedagogía social antroposófica y Gimnasia Bothmer.

José Expósito Trujillo

Licenciado en Educación Física por la Universidad ULPGC. Master en entrenamiento y readaptación deportiva. Coordinador Área Fitness y Técnico Deportivo Ciudad Deportiva Tacoronte.

María Calcedo Delgado

Diplomada en C. Empresariales por la ULL y Graduada en Administración de Empresas por la UNED.

María Candelaria Pérez Cejas

Maestra y Licenciada en Psicopedagogía
25 años dedicada a la formación. Práctica de
Fitoterapia

Noelia J. Duquesne Rizo

Experta en Mindfulness, Coaching Motivacional,
Profesora de Hatha Yoga y Pilates, Licenciada en
Marketing.

