

CASA LATIR

Momentos de Bienestar

Un momento para respirar,
moverte y volver a ti.



Meditación de la felicidad

30 minutos • Sesión individual personalizada

Una pausa guiada para conectar con lo que valoras y disfrutar el presente, sin exigirte sentirte feliz.



Respiración hacia el presente

30 minutos • Sesión individual personalizada

Observar tu respiración y volver, con calma, al aquí y ahora.



Movimiento consciente

30 minutos • Sesión individual personalizada

Movilidad y movimientos suaves, guiados por una fisioterapeuta y adaptados a tu comodidad.

Experiencia de bienestar corporal.
No es una clase de yoga ni una sesión de rehabilitación.

Encuentra tu momento de bienestar.

casalatir.com • WhatsApp 320 507 3753

Experiencias de bienestar. No sustituyen atención médica ni psicoterapia.

Imágenes ilustrativas



CASA LATIR

Masajes de bienestar

Una pausa. Solo para ti.



Imágenes ilustrativas



Pausa

Masaje de bienestar.



Conexión

Masaje de bienestar.



Fluir

Masaje de bienestar.



Volver a ti

Masaje de bienestar.



Encuentros de 60 minutos • Incluyen 10 minutos de meditación

Encuentra tu momento de bienestar.

casalatir.com • WhatsApp 320 507 3753

Experiencias de bienestar. No sustituyen atención médica ni psicoterapia.