

GHE PEL LING CANARIAS
Centro de Estudios de Budismo Tibetano



Asociación Cultural sin ánimo de lucro
Guía espiritual Ven. Lama Thamthog Rinpoche

PROGRAMA MAYO - JUNIO

SONOTERAPIA **CON EL SONIDO DE LOS CUENCOS TIBETANOS** **Ritual de los Sentidos: Sonido, Aroma y Presencia** Impartido por Iris de la C. Llort Tosco

En la sesión disfrutaremos:

- La experiencia de sentir las vibraciones y escuchar los sonidos que emiten los cuencos tibetanos, el gong y las campanas de Koshi que tienen innumerables beneficios a nivel emocional y físico gracias a que sus sonidos armonizan el cuerpo y acarician el alma.
- La aplicación de una técnica de Aromaterapia con la utilización de un aceite esencial de relax para el bienestar mental.
- La realización de una técnica de respiración consciente para liberar tensiones no deseadas.
- Declamar decretos, poemas... para elevar nuestra frecuencia vibracional.

MAYO: Los lunes 4 y 18 de 18:30 a 19:30h
JUNIO: Los lunes 01, 15 y 29 de 18:30 a 19:30h

Aportación 10€

- **Traer una toalla o manta para colocar encima de los cojines que brinda el Centro.**
- **Tenemos un aforo limitado, confirmar asistencia por WhatsApp al 635 05 11 74**

Es muy importante también avisar de una posible cancelación de la reserva

ESPACIO DE MEDITACIÓN Y COMPARTIR Impartido por el monje Lobsang Chöpel (Antonio)

Es un espacio para compartir reflexiones sencillas y directas, para apoyar a las personas a conocer y contemplar nuestra parte interna, la que puede verdaderamente ayudarnos y permitirnos vivir una vida más serena y auténtica a pesar de lo que sucede afuera de nosotros.

Se alternarán momentos de meditación, reflexión e intercambio de experiencias o dificultades, creando así un ambiente familiar y amigable.

ACTIVIDAD EN PAUSA POR AHORA. AVISAREMOS CUANDO HAYA NOVEDADES.

YOGA CORRECTIVO

Impartido por Ezekiel

Compartiremos este espacio para investigar y practicar las posibilidades y recursos de esta herramienta milenaria. A partir de nuestro cuerpo nos ejercitaremos y relajaremos en una secuencia de posturas (Asanas) altamente beneficiosas para la salud, física, mental y emocional.

MAYO Y JUNIO: Los Martes de 20:15 a 21:25h

MAYO Y JUNIO: Los Miércoles y Viernes, de 08:00h a 09:10h

MAYO: Los Jueves de 20:00h a 21:10h

EN JUNIO: A partir del día 18, el horario de los Jueves será de 20:15 a 21:25h

- Traer esterilla y una toalla o manta para la relajación final.
- Tenemos un aforo limitado, confirmar asistencia por WhatsApp 627 36 45 96 Gracias (Español/Catalán/Francés/Inglés)

Es muy importante también avisar de una posible cancelación de la reserva

12€ Clase suelta

40€ Bono mensual 4 clases

60€ Bono mensual 8 clases

70€ Bono libre mensual (todas las clases)

Los Bonos mensuales duran 30 días a partir del día que se comience.

ARMONIZACIÓN CON CUENCOS TIBETANOS

Impartido por Juan Carlos Marín Guerrero

La Sonoterapia con cuencos tibetanos utiliza vibraciones sonoras profundas que ayudan a relajar el cuerpo y la mente, reducir el estrés y equilibrar la energía. Sus sonidos armónicos favorecen la calma, la concentración y una sensación de bienestar integral, permitiendo soltar tensiones y reconectar con uno mismo.

MAYO: Miércoles día 13 y 27 de 18:00 a 18:45h

JUNIO: Miércoles 24 de 18:00 a 18:45h

- Traer una toalla o manta para colocar encima de los cojines que brinda el Centro
- Tenemos un aforo limitado, confirmar asistencia por WhatsApp al 687 81 32 41 Gracias

Aportación 6€

MEDITACIÓN GUIADA

Impartido por Piedad Cámara

La Meditación Guiada, te hace reflexionar profundamente.

No es una meditación pasiva, sino un proceso activo de análisis, contemplación y generación de experiencias internas. Cada encuentro comienza con una lectura significativa (una enseñanza relacionada con el camino gradual hacia la iluminación).

A través de la reflexión guiada, abrimos un dialogo interno que nos conecta con nuestra sabiduría más profunda, lo que permite que lo reflexionado se asiente en el cuerpo, en la mente y en el flujo de la consciencia.

Esta meditación se **acompaña con el sonido de los cuencos tibetanos**, cuya vibración favorece la claridad mental y la paz emocional.

EN MAYO Y JUNIO NO HABRÁ CLASES

YOGA TIBETANO

Impartido por Juan Carlos Marín Guerrero y Piedad Cámara

El Yoga Tibetano es un sistema de ejercicios físicos y técnicas respiratorias enfocado en cultivar las tres puertas del budismo: Cuerpo, Palabra y Mente. Esta notable influencia budista es, quizás, su principal diferencia con respecto a otros yogas.

Acto para todo tipo de personas, sin importar su edad o condición física, ya que no se trata de hacer un cuerpo escultural, si no de movilizar y flexibilizar nuestro cuerpo físico al mismo tiempo que trabajamos las cualidades de nuestra mente.

MAYO: Todos los Miércoles de 19:00 a 20:15

JUNIO: Los Miércoles día 3, 17 y 24 de 19:00 a 20:15h

- **Generalmente al aire libre, dependiendo del clima, o dentro. Traer esterilla**
- **Confirmar asistencia por WhatsApp 630 37 11 29 Gracias**

Aportación 10€

ALQUIMIA DE LA ALEGRÍA

facilitadora Eva Gioia Bazzani

Es un programa de activación de la alegría

A través de ejercicios prácticos, meditación guiada y dinámicas de risa como herramienta consciente, aprenderás a liberar tensiones, cambiar tu estado emocional y generar bienestar de forma natural y progresiva.

El método de la risa consciente te ayuda a desarrollar el contento mental, gestionar tus emociones negativas y transformar tu manera de vivir las situaciones del día a día.

Atrévete a experimentar un método diferente de bienestar.

JUNIO: Los Jueves día 18 y 25 de 18:15 a 19:45h

- **Traer una toalla o manta para colocar encima de los cojines que brinda el Centro.**
- **Tenemos un aforo limitado, confirmar asistencia por WhatsApp al 642 58 54 13**

Aportación 8€

PRACTICAS INSPIRADAS

en las enseñanzas del Maestro budista Thich Nat Han (Thay)

Practicar en sangha significa caminar juntos, apoyarnos mutuamente en el arte de vivir con conciencia. En comunidad, la energía colectiva de la atención plena se hace más fuerte y nos ayuda a sostener nuestra práctica diaria con alegría y profundidad.

A través de la práctica de la atención plena (mindfulness) aprendemos a cultivar la calma, la comprensión y la compasión — hacia nosotros mismos, hacia los demás y hacia la vida.

No necesitas experiencia previa. Solo un corazón abierto y el deseo de vivir más despierto@.

Ven a practicar con nosotros. Haremos diferentes prácticas de mindfulness según la tradición de Thich Nat Han: meditación, lectura de textos, compartir el Dharma.

Cultivemos juntos la paz interior que el mundo tanto necesita.

MAYO: Todos los Viernes de 18:00 a 19:00h

Aportación compasiva voluntaria destinada al Centro Ghe Pel Ling

Info 679 98 73 39 (Pili)

TERAPIA TRANSPERSONAL PARA CULTIVAR LA SALUD INTEGRAL

(Sesión grupal)

Impartido por María Verdes Crespo

Un encuentro contigo mism@, en un espacio seguro y de confianza. Trabajo interior desde el abordaje transpersonal (la cuarta corriente de Psicología).

Autoconocimiento de la vertiente psicológica del ser humano.

Autoconocimiento de la vertiente trascendente del ser humano.

MAYO: Sábado 09 de 10:30h a 12:00h

JUNIO: Sábado 20 de 10:30h a 12:00h

Aportación 15€

Descuento para participantes de actividades de Salud Holística.

En caso de no asistencia, una vez reservada la plaza, el dinero se destinará enteramente a gastos del centro.

CIC (Cuidado Integral del Cuidador): Durante todo el año 2026, todas estas sesiones de los sábados, serán gratuitas para personas que actualmente ejercen el rol activo de cuidador/a de personas en situación de dependencia (familiares, parientes y personal cuidador en Instituciones Públicas o Privadas)

Contacto: 687 31 93 91

CLASES Y SESIONES

Impartidas por María Verdes Crespo

- Yogalates (Yoga + Pilates) **en Mayo**

- Yoga Restaurativo y Terapéutico **en Junio**

Sábado: 09 de Mayo y Sábado 20 de Junio 12:30 a 14:00h

Aportación 15€

Descuento para participantes de Terapia Transpersonal y clientes de actividades de Salud Holística

En caso de no asistencia, una vez reservada la plaza, el dinero se destinará enteramente a gastos del centro.

Contacto: 687 31 93 91

CIC (Cuidado Integral del Cuidador): Durante todo el año 2026, todas estas sesiones de los sábados, serán gratuitas para personas que actualmente ejercen el rol activo de cuidador/a de personas en situación de dependencia (familiares, parientes y personal cuidador en Instituciones Públicas o Privadas)

TALLERES, JORNADAS Y FINES DE SEMANA

ENSEÑANZAS DE LOS LAMAS TIBETANOS

Contaremos con la visita de Lamas Tibetanos que impartirán Valiosas Enseñanzas.

Les iremos informando las fechas y los detalles de estas visitas.

PROGRAMA DE ENSEÑANZAS ONLINE

Enseñanzas impartidas por los Lamas del Centro Ghe Pel Ling en directo desde Italia, India y Vietnam, que se realizarán en modalidad online durante los fines de semana a través de Zoom y Vimeo. Anunciaremos todos los detalles y novedades en nuestras redes. También puedes solicitar acceso a nuestro grupo de WhatsApp para recibir información actualizada.

CUERPO Y MENTE VAN DE LA MANO

facilitadora Mahy Alonso

La microbiota intestinal y oral forma parte de un sistema de comunicación constante que influye en cómo sentimos, cómo pensamos y cómo respondemos al entorno. En esta charla exploraremos este diálogo interno desde una mirada integrativa, comprendiendo la salud como un proceso dinámico de equilibrio. A través de un ejercicio práctico, abriremos un espacio para observar cómo el cuerpo puede transitar hacia estados de mayor calma y regulación. Un encuentro para comprender, sentir y reconectar con el propio cuerpo.

Sábado 16 de Mayo de 10:30h a 13:00h

Aportación 20€

Incluye charla + ejercicio práctico de regulación del sistema nervioso + selección de infusiones

Plazas limitadas

Info y reservas 675 18 38 58

PUERTAS ABIERTAS "ALQUIMIA DE LA ALEGRÍA"

Facilitadora Eva Gioia Bazzani

Presentación del programa de activación de la alegría, el método de la risa consciente te ayuda a desarrollar el contenido mental, gestionar tus emociones negativas y transformar tu manera de vivir las situaciones del día a día. A través de ejercicios prácticos, meditación guiada y dinámicas de risa como herramienta consciente, aprenderás a liberar tensiones, cambiar tu estado emocional y generar bienestar de forma natural y progresiva.

Domingo 14 de Junio de 10:30h a 13:00h

Entrada libre

Plazas limitadas

Reserva tu plaza ya 642 58 54 13

TRC TÉCNICAS RESPIRACIÓN CONSCIENTE

Impartido por Iosu Nakin

Este taller será enfocado en la parte física del cuerpo y en la parte emocional, consiguiendo un equilibrio energético a nivel físico emocional y mental del participante. La estructura y contenidos específicos del taller serán definidos y comunicados antes de final de mayo

JUNIO: Sábado 27 y Domingo 28

de 10:00 a 14:30h (Descanso 30 minutos)

Aportación 20€ por día, a elegir entre sábado o domingo

- Traer una toalla o pareo para tumbarse encima de los cojines que brinda el Centro, traer antifaz.
- Aforo limitado, confirmar asistencia por WhatsApp al 636 99 79 60 Gracias

TODAS LAS ACTIVIDADES ESTÁN SUJETAS A CAMBIO, POR LO QUE TE RECOMENDAMOS ESTAR ATENT@ A NUESTRAS REDES Y AL GRUPO DE WHATSAPP PARA CUALQUIER ACTUALIZACIÓN

Si quieres unirme al grupo de WhatsApp del Centro para recibir información, envía un mensaje al +34 609 76 80 27
Solo puedes recibir informaciones sin tener la posibilidad de enviar mensajes

ARTESANIA TIBETANA

En el Centro Ghe Pel Ling Canarias se pueden adquirir textos de budismo tibetano y productos de los campos de refugiados tibetanos en la India, como banderas de oraciones, inciensos, imágenes, cuencos tibetanos, malas (rosario de oración), pulseras y más. Con la compra de estos productos se beneficia tanto a los refugiados tibetanos como al Centro puesto que apoya a su continuidad.

JUNTOS PARA APOYAR AL CENTRO

El Centro es una **Asociación sin ánimo de lucro** cuyo propósito es fomentar el bienestar de las personas a través de sus actividades.

Su financiación proviene de donativos y de las actividades que se desarrollan en el propio Centro.

Ayudar al Centro es un acto valioso, tanto para quien lo ofrece como para quien lo recibe; es una semilla que puede dar buenos frutos.

Es una expresión de generosidad y confianza en las actividades que se realizan en beneficio de todos.

Para que el Centro continúe siendo una fuente de beneficio para las personas, puedes colaborar haciéndote Socio o renovando tu cuota anual.

Y si prefieres contribuir sin asociarte, también puedes realizar una aportación compasiva.

La aportación anual para asociarse es de 10€ como *Miembro Común*, o bien a partir de 50€ si deseas ser *Socio Sostenedor*.

Dicha aportación será válida para el año 2026.

El pago de la cuota anual puede realizarse directamente en el Centro, en efectivo, o mediante ingreso o transferencia a la siguiente cuenta bancaria:

Caja Siete

IBAN: ES64 3076 0240 1924 2272 5925

BIC: BCOEESMM076

Titular: *Asociación Cultural Amigos del Tíbet Ghe Pel Ling*

Concepto: "Cuota Asociación" + *Nombre y Apellidos*

Si deseas realizar una ayuda sin asociarte, indica en el concepto: "Aportación compasiva".

Muchísimas gracias por tu colaboración, que siempre será profundamente agradecida.

BIOGRAFIAS:

Ven. Lama Thamthog Rinpoché, Guía Espiritual del Centro Ghe Pel Ling

Thamthog Rinpoché pertenece al linaje de encarnaciones Thamthog. Nació en el Tíbet oriental de la provincia de Lithang y cuando tenía cinco años el maestro de Su Santidad el Dalai Lama, Triyang Rinpoché, lo reconoció como el decimotercer Thamthog Rinpoché y fue llevado a su monasterio en Lithang, en la región de Kham, que había sido fundado por el Tercer Dalai Lama. Comenzó a memorizar textos, y estudió la cultura tibetana hasta que cumplió ocho años. En ese momento la Revolución Cultural china comenzó y los chinos llegaron a la región de Lithang, por lo que Rinpoché huyó a Lhasa, la capital del Tíbet, donde vivía el Dalai Lama.

Thamthog Rinpoché inició sus estudios en el monasterio de Sera Je, en Lhasa. Fue ordenado como monje Sramanera (Getsul, en tibetano) por el tutor de Su Santidad, Ling Rinpoché, y también recibió enseñanzas directamente del Dalai Lama en Lhasa.

En 1959, a los once años, Rinpoché se vio obligado a huir a la India debido a la invasión del Tíbet. Gracias a la amabilidad del Dalai Lama, pudo reanudar sus estudios budistas en el monasterio de Sera Je, reconstruido en el sur de la India, donde continuó su formación durante más de veinte años. A los veinte años fue ordenado como monje Bhikshu (Gelong, en tibetano).

Durante su estancia en Sera Je, recibió importantes iniciaciones, enseñanzas y comentarios de múltiples linajes del budismo tibetano. En 1982 obtuvo el grado de Gueshe Lharampa, el equivalente a un doctorado en filosofía budista, uno de los títulos más altos en la tradición Gelug. Luego ingresó al monasterio de Gyume para profundizar en el estudio del tantra y los rituales tántricos.

Posteriormente fue invitado a Italia por Gueshe Tenzin Gonpo y se trasladó a Milán, donde colaboró activamente con el Centro Ghe Pel Ling. Durante su estancia organizó numerosas actividades espirituales, incluida la visita del Dalai Lama en cinco ocasiones, eventos que reunieron a miles de personas.

Organizó también un viaje con cuarenta discípulos italianos a su monasterio natal en Lithang (Tíbet), donde fundó una escuela y un hospital, lo cual benefició a los locales, quienes pudieron preservar la cultura tibetana, además de recibir atención médica.

Rinpoché ha apoyado a muchos monasterios en la India, cubriendo sus necesidades básicas, a través de proyectos solidarios. Su vida está completamente dedicada al servicio de los demás, viajando a países de Oriente y Occidente para transmitir las valiosas enseñanzas budistas de forma pura, dentro de un linaje ininterrumpido de maestros realizados y auténtico, que se origina en el mismo Buda Shakyamuni y ha continuado sin interrupción hasta nuestros días. Cuenta con numerosos discípulos en todo el mundo.

En 2010, el Dalai Lama lo nombró personalmente abad del monasterio Namgyal en Dharamsala (India). Desde agosto de ese año, Rinpoché ha centrado su vida en el cuidado del monasterio y en servir a Su Santidad. Además, fue designado director de una de las nueve oficinas del Dalai Lama. Actualmente sigue trabajando con dedicación total en beneficio del monasterio, del Dalai Lama y de todos los seres.

Venerable Geshe Jampa Thinley

El Venerable Geshe Jampa Thinley nació en el Tíbet en 1977, donde vivió con su familia y realizó sus estudios hasta los 13 años.

En 1993 llegó a la India, donde ingresó en el Monasterio de Sera Jey, tomó los votos monásticos y, durante 30 años, estudió los grandes tratados del budismo tibetano, entre ellos el Abhisamayālamkāra, Madhyamaka, Pramāṇa Vārttika, Vinaya, Abhidharma, así como Lógica (Lorig) y las escuelas filosóficas, entre otros. Este extenso programa de estudios culminó con la obtención del título de Geshe Lharampa, el grado académico más alto dentro de la universidad monástica.

Posteriormente completó sus estudios tántricos en el monasterio de Gyuto, en Dharamsala, y durante varios años se desempeñó como asistente del Venerable Thamthog Rinpoche, de quien recibió numerosas iniciaciones, transmisiones orales e importantes instrucciones.

Lobsang Chöpel (Antonio Antonelli)

Budista desde 1982, discípulo del Venerable Lama Gueshe Tenzin Gampo, de Lama Thamthog Rinpoché, quien le confirió los votos de monje en 2009, y de Lama Tenzin Khenrab Rinpoché. Ha recibido numerosas enseñanzas de Su Santidad el Dalái Lama y de otros grandes maestros. Ha sido presidente del Centro Ghe Pel Ling de Milán y concejal de la U.B.I. (Unión Budista Italiana) Activo desde 2014 en la gestión del Centro Ghe Pel Ling Canarias.

Iris de La C. LLort Tosco

Terapeuta del Sonido con la vibración de los cuencos tibetanos, de cuarzos, el gong, el tambor chamánico.... formada por diferentes maestros en cada especialidad.

Coach Emocional

Especialista en Técnicas de Respiración Conscientes, Radiestesia, Masajes Ayurvédicos, Reflexología Podal y Craneal.

Tercer nivel de Reiki Usui Tibetano formada por Marlene Barrio, Maestra Diplomada de Gendai Reiki Ho.

Licenciada en Física - Química por la Universidad de La Habana Cuba y homologado en España.

Practicante de Chamanismo, formada en la Escuela de Chamanismo Transcultural fundada por Michael Harner.

Formada en Técnicas de Mindfulness por Thalía Fung y de Zen por Suzanne Porwell.

Técnicas de Gemoterapia, Aromaterapia y Herborista (autodidacta)

Fundadora de la Asociación Sonoterapia Canaria Iris.

Practicante de Budismo Tibetano, recibiendo enseñanzas, iniciaciones, meditaciones, en el Centro de Estudios de Budismo Tibetano Ghe Pel Ling Canarias desde el año 2015.

Ezekiel Paz

Instructor acreditado de Fitness y Actividades dirigidas, Estudios Superiores en Arte Dramático y Profesorado en Educación Física.

Actor y Bailarín en diferentes Compañías.

Más de 10 años de experiencia impartiendo Yoga, Pilates y clases Dirigidas en Estudios y Centros Deportivos.

Animador Deportivo en Hotel 5 estrellas.

Juan Carlos Marín Guerrero

Profesor de Yoga Tibetano y Meditación

Formación en el Instituto Internacional de Yoga Tibetano "Jamyang Yoga", titulación acreditada por Yoga Alliance International y por Tibetan Yoga Alliance.

Piedad Cámara

Profesora de Yoga Tibetano y Meditación

Terapeuta transpersonal

Terapeuta Holística

Reflexología Podal, Masaje Metamórfico, Quiromasaje, Sacrocraneal y Liberación Emocional

María Vedes Crespo

Estudios universitarios de Psicología por la UNED

Terapeuta Gestalt Infancia y Adolescencia, en sede ITG en Tenerife

Terapeuta renacedora acreditada por Rebirthing Internacional en España

Tres años de seminarios teórico-presenciales con el Terapeuta Melky Makhandar, autor de "La otra visión".

Terapeuta Transpersonal nivel 1 y 2 avanzado por la Escuela Española de Terapia Transpersonal (EDT).

Instructora de Yoga por la Escuela Milarepa, impartido por Alejandro Torrealva en Tenerife (4 años de formación)

Técnico del método Pilates por FEDA

Instructora de Danza del vientre Terapéutico. Formación con varias escuelas en Tenerife.

Formación en Eneagrama con Antonio Asín en Biogestalt Tenerife.

Formación en masaje terapéutico y reflexología podal con Paula Tassara.
Directora y docente del Centro de Desarrollo Humano: Centro Salud Holística

Josu Mendikute Janariz
(Iosu – Nakin)

Profesor de Yoga y Curso Superior de Yoga por la Escuela "Sanatana Dharma" en Zestona
Formación de Hatha Yoga y Método Inyegar en la India
Técnico Nivel I, II y III del Método Pilates y Seminario intensivo, por F.E.D.A.
Formación en Kinesiología
Coach homologado por la ESSSCAN de Los Cristianos
Terapeuta de la Respiración y Rebirthing
Nivel I, II y III de Registros Akhasicos
Formación en Mindfulness
Formación en Medicina Regenerativa y Método Puntos de Luz con Stanny Lasiot
Formación en Física Cuántica por Olsanamind y por Paco Alarcón
Formación en Autohipnosis por Olsanamind
Creador del método TRC, Técnica de Respiración Consciente
Terapeuta de la Respiración TRC, homologado ESSSCAN
Cursos y talleres Consejería Cultura Ayto. de Arona
Talleres de TRC en Centro Narayani de S. Cruz de Tfe.
Consultas privadas y Cursos Online de TRC
Talleres y Cursos de Mindfulness para alumnos y profesores en la península, en Perú y en Tenerife
Monitor de la Risa: Jornadas de Salud, Encuentros y Talleres de Risoterapia para alumnos y profesores en Centros, Aytos., Colegios, Ferias, Consejería de Educación y Asociaciones en la península y en Tenerife

Eva Gioia Bazzani

Estudios del I-Ching
Formación avanzada en comunicación, gestión del pensamiento, energía y salud, meditación (Paolo Spolatore)
Curso de Masaje, enfoque holístico
Formación en Reflexología Podal en Italia, Reflexología Multifacial Dien Chan, Reiki, Crystal Reiki y Numerología
Docencia y Coaching: seminarios y conferencias de crecimiento personal
Agente de apoyo psicoemocional en hospitales (Clown terapéutico)
Voluntariado en el Hospital de Verona Italia y apoyo a pacientes oncológicos y cuidadores (caregivers)
Trabajo con administraciones locales, servicios sociales, familias y tercera edad
Colaboración con médicos y psiquiatras en centros de salud mental y adicciones
Seminario de Intuición Chamánica, cuyo objetivo era profundizar en la importancia del pensamiento, el poder de la mente y nuestro potencial latente.
Profesora de Risoterapia (diplomada Gobierno de Canarias)
Profesora de Yoga de la Risa
Autora de dos libros sobre los valores de la vida y equilibrio

Mahy Alonso

Consultora en nutrición integrativa
Formación en microbiota, salud digestiva y hormonal
Formación en Pediatría integrativa
Experta en procesos de salud desde una mirada global que integra alimentación, estilo de vida y sistema nervioso, abordando el cuerpo más allá del síntoma
Puedes saber más en www.oryzae.es