



Aromaterapia y Terapias Naturales para Cuerpo y Mente La Guía Holística para Bienestar, Equilibrio y Belleza: Crea Tu Propio Spa de Bienestar Holístico ... Terapias Naturales) (Spanish Edition)

Marta Tuchowska

 **Descargar**

 **Leer En Linea**

Aromaterapia y Terapias Naturales para Cuerpo y Mente La Guía Holística para Bienestar, Equilibrio y Belleza: Crea Tu Propio Spa de Bienestar Holístico ... Terapias Naturales) (Spanish Edition) Marta Tuchowska

Coaching de Terapias Naturales: ¡Crea Tu Propio Spa de Bienestar Holístico en Casa y Recupera el Equilibrio y la Salud!

Best Seller en Estados Unidos y Reino Unido

Estás a punto de descubrir el maravilloso mundo de los aromas, las terapias para el bienestar y la relajación holística. “Crea Tu Propio Spa de Bienestar Holístico en Casa” te enseñará algunas técnicas sencillas y efectivas basadas en la ciencia y arte de la aromaterapia así como otros tratamientos naturales que te ayudarán a aliviar el estrés y recuperar la vitalidad.

¿Qué es el “bienestar holístico”?

La palabra “holístico” proviene de Holisium, que en latín significa entero, todo, total. Bienestar es una gran sensación o sentimiento de cero estrés, niveles de energía óptimos, libre de cualquier dolencia. Un saludable equilibrio entre cuerpo, mente y espíritu que produce felicidad y conexión con el “aquí y ahora”.

Crear tu propio spa en casa te permitirá experimentar la sensación de bienestar holístico y rejuvenecerá en la forma que necesites. Podrás acceder a tratamientos holísticos a precios muy asequibles. Tu cuerpo y mente se alegrarán de recibir mimos y te lo pagarán con vitalidad, pasión por vivir y energía. Si eres un

ocupado individuo del siglo XXI, ha llegado la hora de reducir la velocidad...Cuidar de tu salud es una parte muy importante del proceso consolidación del éxito personal y social.

Aquí puedes previsualizar una parte de lo que aprenderás con “Crea Tu Propio Spa de Bienestar Holístico en Casa”:

- *La visión holística de la aromaterapia y los tratamientos con aromaterapia
- *Cómo combinar diferentes métodos naturales para combatir estrés de forma efectiva
- *Cómo mezclar aceites vegetales y aceites esenciales
- *Cómo aplicar la aromaterapia para combatir diversos desequilibrios relacionados con el estrés
- *Cómo preparar mascarillas faciales naturales, de belleza y relajación
- *Mezclas específicas y tratamientos naturales para ansiedad, insomnio y estrés
- *Zumos e infusiones herbales curativas en tu spa en casa
- *Los beneficios que aportan los aceites esenciales
- *Cómo restaurar los niveles de energía
- *Cómo crear una verdadera atmósfera relajante en tu propio spa en casa
- *¡Más terapias spa holísticas en los dos capítulos extra que descubrirás!

" Crea Tu Propio Spa de Bienestar Holístico en Casa" es un gran libro para ti si:

- *Te encanta el spa
- *Te interesan el bienestar y la salud
- *Buscas tratamientos naturales
- *Quieres descubrir técnicas de relajación holísticas
- *Quieres iniciarte en la aromaterapia
- *Te encantan los remedios y terapias naturales

" Crea Tu Propio Spa de Bienestar Holístico en Casa" puede que no sea una buena elección para ti si:

- *Quieres sucumbir al estrés –ya que el libro promueve la relajación y el bienestar
- *No te interesa aumentar tu calidad de vida
- *Eres un terapeuta avanzado de aromaterapia, spa o masajista –ya que alguna de

la información contenida en este libro puede resultarte demasiado básica

Incluso si eres un terapeuta profesional, este libro puede ser una fuente de inspiración, dándote unas cuantas ideas frescas que te animen a mimarte, también a ti mismo, tal como te mereces después de un duro día de trabajo ayudando a otros.

 [Download Aromaterapia y Terapias Naturales para Cuerpo y Mente
...pdf](#)

 [Read Online Aromaterapia y Terapias Naturales para Cuerpo y Mente
...pdf](#)

Aromaterapia y Terapias Naturales para Cuerpo y Mente La Guía Holística para Bienestar, Equilibrio y Belleza: Crea Tu Propio Spa de Bienestar Holístico ... Terapias Naturales) (Spanish Edition)

Marta Tuchowska

Aromaterapia y Terapias Naturales para Cuerpo y Mente La Guía Holística para Bienestar, Equilibrio y Belleza: Crea Tu Propio Spa de Bienestar Holístico ... Terapias Naturales) (Spanish Edition) Marta Tuchowska

Coaching de Terapias Naturales: ¡Crea Tu Propio Spa de Bienestar Holístico en Casa y Recupera el Equilibrio y la Salud!

Best Seller en Estados Unidos y Reino Unido

Estás a punto de descubrir el maravilloso mundo de los aromas, las terapias para el bienestar y la relajación holística. “Crea Tu Propio Spa de Bienestar Holístico en Casa” te enseñará algunas técnicas sencillas y efectivas basadas en la ciencia y arte de la aromaterapia así como otros tratamientos naturales que te ayudarán a aliviar el estrés y recuperar la vitalidad.

¿Qué es el “bienestar holístico”?

La palabra “holístico” proviene de Holisium, que en latín significa entero, todo, total. Bienestar es una gran sensación o sentimiento de cero estrés, niveles de energía óptimos, libre de cualquier dolencia. Un saludable equilibrio entre cuerpo, mente y espíritu que produce felicidad y conexión con el “aquí y ahora”.

Crear tu propio spa en casa te permitirá experimentar la sensación de bienestar holístico y rejuvenecerá en la forma que necesites. Podrás acceder a tratamientos holísticos a precios muy asequibles. Tu cuerpo y mente se alegrarán de recibir mimos y te lo pagaran con vitalidad, pasión por vivir y energía. Si eres un ocupado individuo del siglo XXI, ha llegado la hora de reducir la velocidad...Cuidar de tu salud es una parte muy importante del proceso consolidación del éxito personal y social.

Aquí puedes previsualizar una parte de lo que aprenderás con

“Crea Tu Propio Spa de Bienestar Holístico en Casa”:

- *La visión holística de la aromaterapia y los tratamientos con aromaterapia
- *Cómo combinar diferentes métodos naturales para combatir estrés de forma efectiva
- *Cómo mezclar aceites vegetales y aceites esenciales
- *Cómo aplicar la aromaterapia para combatir diversos desequilibrios relacionados con el estrés
- *Cómo preparar mascarillas faciales naturales, de belleza y relajación
- *Mezclas específicas y tratamientos naturales para ansiedad, insomnio y estrés
- *Zumos e infusiones herbales curativas en tu spa en casa
- *Los beneficios que aportan los aceites esenciales
- *Cómo restaurar los niveles de energía
- *Cómo crear una verdadera atmósfera relajante en tu propio spa en casa
- *¡Más terapias spa holísticas en los dos capítulos extra que descubrirás!

" Crea Tu Propio Spa de Bienestar Holístico en Casa" es un gran libro para ti si:

- *Te encanta el spa
- *Te interesan el bienestar y la salud
- *Buscas tratamientos naturales
- *Quieres descubrir técnicas de relajación holísticas
- *Quieres iniciarte en la aromaterapia
- *Te encantan los remedios y terapias naturales

" Crea Tu Propio Spa de Bienestar Holístico en Casa" puede que no sea una buena elección para ti si:

- *Quieres sucumbir al estrés –ya que el libro promueve la relajación y el bienestar
- *No te interesa aumentar tu calidad de vida
- *Eres un terapeuta avanzado de aromaterapia, spa o masajista –ya que alguna de la información contenida en este libro puede resultarte demasiado básica

Incluso si eres un terapeuta profesional, este libro puede ser una fuente de inspiración, dándote unas cuantas ideas frescas que te animen a mimarte, también a ti mismo, tal como te mereces después de un duro día de trabajo ayudando a otros.

Descargar y leer en línea Aromaterapia y Terapias Naturales para Cuerpo y Mente La Guía Holística para Bienestar, Equilibrio y Belleza: Crea Tu Propio Spa de Bienestar Holístico ... Terapias Naturales) (Spanish Edition) Marta Tuchowska

Format: Kindle eBook

About the Author

Marta Tuchowska es Autora, Blogger, Coach para el Bienestar de cuerpo y mente y “on-line Entrepreneur”. Practica diversas terapias de wellness que combina con su visión única y original del coaching holístico y motivacional. Comenzó a formarse en disciplinas como la aromaterapia y la nutrición así como en terapias manuales (quiromasaje, drenaje linfático, masajes neurosedantes y ayurvédicos). Su intención era establecer una pequeña consulta de masajes y terapias, pero... ¡eso no era suficiente para ella! ¡La vida le enseñó otro camino mucho más excitante! Su espíritu internacional y explorador la llevó hacia el coaching y, a su vez, a un tipo de consulta más global que Marta consiguió establecer gracias a sus libros y su blogging.

Actualmente, Marta estudia programación neurolingüística con el objetivo de combinar esta disciplina con el resto de terapias que domina. Según Marta, no debemos olvidarnos de la mente, debemos investigarla a fondo porque solo así uno encontrará respuestas a sus preguntas. El mundo de las terapias naturales a veces no elimina la causa de los problemas, la raíz. Hay que empezar a estudiar nuestra mente...Y no parar nunca. Marta se inspira en el coaching dinámico y activo de Tony Robbins, siguiendo su modelo, añadió su toque personal y conocimientos, hasta crear el suyo. Actualmente Marta reside cerca de Barcelona, lleva un negocio on-line de carácter global como autora, coach y blogger y, a nivel local, también trabaja como masajista-voluntaria con gente en riesgo de exclusión social con la ONG “Adama”. Le encanta pasear por el bosque del pueblo donde vive y, por supuesto, ¡estar en casa con sus gatos y escribir cosas que puedan motivar a los demás! También organiza varios talleres de bienestar que imparte fuera de España. Marta es originaria de Polonia, pero ha vivido en varios países de Europa y, como ya hemos mencionado, se considera a sí misma un espíritu internacional y una chica del siglo XXI. Lo que importa es quien eres, no de dónde provienes. ¡Cada uno es diferente y único! Marta escribe sobre gran variedad de temas relacionados con la salud y el bienestar de cuerpo y mente. Se ha especializado en la dieta alcalina (siendo autora de un bestseller en USA: “How to lose massive weight with the alkaline diet”), también en la aromaterapia, el spa y los masajes, el bienestar holístico (siendo también autora de: “Exploring Chakras and Discovering Holistic Wellness”) y la motivación.

Download and Read Online Aromaterapia y Terapias Naturales para Cuerpo y Mente La Guía Holística para Bienestar, Equilibrio y Belleza: Crea Tu Propio Spa de Bienestar Holístico ... Terapias Naturales) (Spanish Edition) Marta Tuchowska #9IMPBL6VE4Y

Leer Aromaterapia y Terapias Naturales para Cuerpo y Mente La Guía Holística para Bienestar, Equilibrio y Belleza: Crea Tu Propio Spa de Bienestar Holístico ... Terapias Naturales) (Spanish Edition) by Marta Tuchowska para ebook en líneaAromaterapia y Terapias Naturales para Cuerpo y Mente La Guía Holística para Bienestar, Equilibrio y Belleza: Crea Tu Propio Spa de Bienestar Holístico ... Terapias Naturales) (Spanish Edition) by Marta Tuchowska Descarga gratuita de PDF, libros de audio, libros para leer, buenos libros para leer, libros baratos, libros buenos, libros en línea, libros en línea, reseñas de libros epub, leer libros en línea, libros para leer en línea, biblioteca en línea, greatbooks para leer, PDF Mejores libros para leer, libros superiores para leer libros Aromaterapia y Terapias Naturales para Cuerpo y Mente La Guía Holística para Bienestar, Equilibrio y Belleza: Crea Tu Propio Spa de Bienestar Holístico ... Terapias Naturales) (Spanish Edition) by Marta Tuchowska para leer en línea.Online Aromaterapia y Terapias Naturales para Cuerpo y Mente La Guía Holística para Bienestar, Equilibrio y Belleza: Crea Tu Propio Spa de Bienestar Holístico ... Terapias Naturales) (Spanish Edition) by Marta Tuchowska ebook PDF descargarAromaterapia y Terapias Naturales para Cuerpo y Mente La Guía Holística para Bienestar, Equilibrio y Belleza: Crea Tu Propio Spa de Bienestar Holístico ... Terapias Naturales) (Spanish Edition) by Marta Tuchowska DocAromaterapia y Terapias Naturales para Cuerpo y Mente La Guía Holística para Bienestar, Equilibrio y Belleza: Crea Tu Propio Spa de Bienestar Holístico ... Terapias Naturales) (Spanish Edition) by Marta Tuchowska MobipocketAromaterapia y Terapias Naturales para Cuerpo y Mente La Guía Holística para Bienestar, Equilibrio y Belleza: Crea Tu Propio Spa de Bienestar Holístico ... Terapias Naturales) (Spanish Edition) by Marta Tuchowska EPub

9IMPBL6VE4Y9IMPBL6VE4Y9IMPBL6VE4Y