

CENTRO MOVIN HUME



RETIRO DE MOVIMIENTO INTEGRADOR ENERO 2026

PROFUNDIZACIÓN EN BIOMOVIMIENTO

Biomovimiento: el movimiento que expande la conciencia.

Una experiencia **exclusiva, profesional y personalizada.**

El Biomovimiento surge en la intersección de la danza contemporánea, las neurociencias y la psicología transpersonal. Una práctica viva y transformadora en la que ciencia y espiritualidad se encuentran y dialogan.

Retiro intensivo de 7 días / 6 noches, **todo incluido**, diseñado para profesionales del movimiento, profesores, y terapeutas corporales que deseen enriquecer su práctica personal, terapéutica o docente con nuevas herramientas transformadoras.

- Máximo 4 participantes: entrenamiento y capacitación personalizada con acompañamiento directo.
- Habitación privada y alimentación consciente.
- Capacitación profesional con entrega de material exclusivo: libros físicos, cursos online y tutoría posterior.
- Una semana de práctica intensiva en un entorno único, con enfoque científico, corporal y simbólico.

FECHAS

ALTERNATIVA 1

INICIO: Sábado 3 de enero a las 10:00 horas.

TÉRMINO: Viernes 9 de enero a las 18:00. horas.

ALTERNATIVA 2

INICIO: Domingo 11 de enero a las 10:00 horas.

TÉRMINO: Sábado 17 a las 18:00 horas.

TODO INCLUIDO:

- Alojamiento en habitación privada.
- Nutrición completa.
- Entrenamiento y capacitación
- Material complementario.

Tres libros físicos:

- *El Hexaedro de la Salud: manual de entrenamiento corporomental.*
- *El trabajo corporal en la pared: método corporal para todos.*
- *Onironavegación: Manual para navegar en el sueño.*

Libro en PDF:

- *Juega y entrenamiento con tus hijos: método integral para dos.*

Tres cursos online:

- Biomovimiento.
- ECEM: entrenamiento cognitivo en movimiento.
- Hábitos maestros.

Bibliografía

Tutoría online posterior al retiro

Valor: \$560.000 (USD 600)

Reserva: \$160.000

2 cuotas de \$200.000

CONTACTO

www.movinhume.com

info@movinhume.com

+56990789637



PROGRAMA

DÍA 1 /MÓDULO I: EL MOVIMIENTO DE PODER

TEORÍA

- Fundamentos neurocientíficos del Biomovimiento.
- Neurotransmisores /Neurogénesis /Neuroplasticidad.
- Influencia recíproca cuerpomente: relación entre la fuerza física y la mental.

ENTRENAMIENTO PREPARATORIO

- Cardio /Fuerza.
- Equilibrio.
- Respiración conciente: práctica de la respiración de fuego.

PRÁCTICA



Movimientos de poder: variaciones y adaptaciones biomecánicas.

APLICACIONES DIDÁCTICAS

- Cinco movimientos de poder.
- Modificaciones según los casos.

TRABAJO PERSONAL GUÍADO



DÍA 2 /MÓDULO II: EL MOVIMIENTO METAFÓRICO



TEORÍA

- Las metáforas: lenguaje del inconsciente
- Las emociones.
- Influencia recíproca cuerpo mente: relación entre el equilibrio físico y el emocional.

ENTRENAMIENTO PREPARATORIO

- Flexoelasticidad.
- Trabajo de suelo.
- Equilibrio.
- Respiración conciente: práctica de la respiración oceánica.

PRÁCTICA

Movimientos metafóricos: secuencias y acciones simbólicas.

APLICACIONES DIDÁCTICAS

- Glosario metafórico.
- Secuencias y acciones simbólicas.

TRABAJO PERSONAL GUÍADO



DÍA 3 /MÓDULO III: EL MOVIMIENTO ATENCIONAL



TEORÍA

- Atención-concentración
- Memoria Intrínseca o procedimental
- Memoria Extrínseca o declarativa
- Lenguaje

ENTRENAMIENTO PREPARATORIO

- La carrera / La caída / El salto
- Grandes desplazamientos espaciales

PRÁCTICA

Movimientos atencionales

APLICACIONES DIDÁCTICAS

- Desplazamientos circunscritos a figuras geométrica
- Grandes desplazamientos espaciales con fonemas
- Equilibrios con conteos regresivos
- Desplazamientos con reversas de cifras matemáticas

TRABAJO PERSONAL GUÍADO



DÍA 4 /MÓDULO IV: EL MOVIMIENTO PSICOENERGÉTICO & LAS ACCIONES SIMBÓLICAS



TEORÍA

- La metáfora kinestésica-corporal.
- Autoinfluencia positiva.
- Trabajo con los cuatro elementos.
- Autosugestión.

ENTRENAMIENTO PREPARATORIO

- Elongaciones esenciales
- Marcha sin visión
- Propiocepción
- Interocepción

PRÁCTICA

Movimientos psicoenergéticos y acciones simbólicas

APLICACIONES DIDÁCTICAS

- Movimientos autosugestivos.
- Estados mentales.
- Acciones simbólicas.
- Respiración autohipnótica.

TRABAJO PERSONAL GUÍADO



DÍA 5 /MÓDULO V: LA TRILOGÍA MIV

TEORÍA

- Motivación intrínseca versus extrínseca.
- El poder de la imaginación
- La fuerza de la voluntad

ENTRENAMIENTO PREPARATORIO

- Elongación y equilibrio
- Trabajo en silla
- Trabajo en columpio

PRÁCTICA

Dinámicas para fortalecer la Trilogía MIV.

APLICACIONES DIDÁCTICAS

- Técnicas para fortalecer la voluntad
- Inserción de ideas madres
- Estrategias para automotivarse

TRABAJO PERSONAL



DÍA 6 /MÓDULO VI: RECORDIS

TEORÍA

- Cómo ejercer la integración corporomental conciente.
- Técnica del ensayo mental o práctica imaginada
- Técnica de la práctica integrada

ENTRENAMIENTO PREPARATORIO

- Elongación
- Trabajo en sillas
- Trabajo en columpio

PRÁCTICA

Repaso de todas las categorías aprendidas

APLICACIONES DIDÁCTICAS

- El ensayo diferido
- La práctica integrada
- Nuevas variantes

TRABAJO PERSONAL GUÍADO

DÍA 7 /MÓDULO VII: PRÁCTICA FINAL

TEORÍA

- Elección y exposición de un aspecto de la práctica.
- Fundamentos de un ejercicio.
- Explicación de las categorías practicadas.

ENTRENAMIENTO PREPARATORIO

- Practica libre de un movimiento de poder.
- Elección de un implemento para desarrollar una categoría.
- Elección de una figura geométrica para diseñar un ejercicio atencional.

PRÁCTICA

APLICACIONES DIDÁCTICAS

- Creación de un movimiento psicoenergético.
- Fundamentación teórica y práctica.
- Exposición didáctica.
- Explicación de los beneficios corporomentales.

CIERRE

- Feedback grupal y círculo de integración.