



Retiro

Sanación energética
22-24 mayo 2026
Sierra de Madrid

Vanesa Hernández y Rebeca López
Terapeutas y Psicólogas

Técnicas

Access Bars
Hipnosis y visualizaciones
FAST (First Aid Stress Tool)
Tapping
Y muchos ejercicios para soltar y liberarnos

Contenido

Viernes tarde-noche

Sesión de Access Bars + Sanación energética

Ritual para dejar atrás

Hipnosis para dormir (con anclaje para ti)

Sábado día completo

Sanación emocional a través de técnica FAST

Cambio de creencias con Tapping.

Identificación y liberación de máscaras

Hipnosis para relajarte (con anclaje para ti)

Domingo mañana

Sanación energética de tu árbol genealógico

(patrones, lealtades, cargas de antepasados)

Visualización corte de lazos y liberarnos

¿Qué me llevaré del retiro?

- **Sanación individual de Access Bars** para desbloquear carga mental y energética.
- **Cuaderno completo de ejercicios de introspección** pues lo tuyo será vivir el proceso completo no temáticas puntuales.
- **Meditación al amanecer** sábado y domingo para empezar el día en coherencia y presencia.
- **Meditación y ritual nocturno** viernes y sábado para integrar y soltar lo trabajado.
- **Cenas conscientes** viernes y sábado para conectar contigo y con las otras personas.
- **Espacio íntimo y reducido** para sentirte sostenida y acompañada de principio a fin.
- **Disfrute de la naturaleza** en los tiempos libres.

Qué incluye?

Alojamiento con desayuno en
habitación compartida 2 noches
(viernes y sábado)

Cenas viernes y sábado

Coffee breaks sábado y domingo

Comida sábado

**Habitación con dos
camas – 600€/pp**

**Habitación con cama
matrimonio– 500€/pp**



@rebecamente

Adéntrate en un trabajo personal energético guiado por psicólogas

Conoce herramientas que podrás seguir utilizando luego en tu día a día



@psicologia_equilibrioymente

¿Tienes dudas o quieres inscribirte? Escríbenos un MD o email a:

rebecalopezalv@gmail.com
vhresino@gmail.com

Las plazas del retiro completo se otorgarán por orden de llegada