



ENTRENAMIENTO

De la herida al amor propio

Hola hermosa

Bienvenida al *Entrenamiento de la Herida al Amor Propio*! Estoy muy feliz de que te hayas regalado este espacio.

Te recomiendo:

1. Seguir el orden sugerido: clase → cuaderno → programa 21 días → meditaciones.
2. Escucharte en cada paso: este es tu proceso, a tu ritmo y con amor propio.

Gracias por tu confianza. Si tenés alguna dificultad con el material, escribime a alquimica@verovasquez.com y con gusto te ayudo.

Con amor, y honrando tu proceso

Vero / Alquimica Mujer

CONTENIDOS



PLAY LIST ENTRENAMIENTO DE LA HERIDA AL AMOR PROPIO

Presentación

*Master Class De amores que Duelen a
Relaciones Conscientes*

- 1.Desmitificando que le amor duele*
- 2.Dejar de ser quien sos para ser amada*
- 3.La llave de las Relaciones Conscientes*



CUADERNO DE AUTOINDAGACIÓN Y MEDITACIÓN Y PRÁCTICA

Incluye PDF + Audio Meditación vivencial



PROGRAMA DE 21 DÍAS CON AUTORREGISTRO REPROGRAMACIÓN DE CREENCIAS LIMITANTES

**CONSTRUCCIÓN DE NUEVOS HÁBITOS
+HERRAMIENTAS APLICADAS**

*Incluye PDF + Audio Meditación de
conciencia corporal*



PACK 3 MEDITACIONES DE APOYO AL PROCESO

Incluye 3 audios mp3

Afirmaciones para un nuevo día

Dejar ir lo que ya no

Vaciando memorias con amor (niña interior)

