



SABIDURÍA DE  
LUNA LLENA

# sesión de SONOTERAPIA



# ¿QUÉ ES LA SONOTERAPIA?

La sonoterapia es una experiencia que combina instrumentos ancestrales y frecuencias vibratorias en rangos altos de hertz para llevar al cuerpo, la mente y el espíritu a un estado de relajación profunda.

Las vibraciones producidas por cuencos, gongs y otros instrumentos interactúan con el sistema nervioso y las ondas cerebrales, favoreciendo la armonización de la energía interna.



A nivel técnico, la sonoterapia utiliza principios de resonancia y vibración:

- Las frecuencias emitidas inducen ondas cerebrales alfa y theta, asociadas con relajación y estados meditativos.
- Se estimula el sistema parasimpático, disminuyendo la producción de cortisol (hormona del estrés).
- Se promueve la coherencia cardíaca y la oxigenación celular, facilitando procesos de sanación y equilibrio emocional.



# ¿Para qué sirve?

En el ámbito empresarial, la sonoterapia se convierte en una herramienta poderosa para el bienestar de los equipos:

- Reducir estrés y ansiedad.
- Mejorar la concentración y la claridad mental.
- Fomentar un ambiente de calma y conexión.



# ¿QUIÉN TE ACOMPAÑARÁ EN ESTA SESIÓN?

¡Hola! Yo soy Maga, y para mí el sonido es medicina. A través de la sonoterapia acompaño procesos de sanación y bienestar, no como un espectáculo, sino como una herramienta de equilibrio profundo.

Desde hace más de 6 años me he formado y caminado distintos caminos del autoconocimiento y lo espiritual. Trabajo con instrumentos sagrados que, a través de la vibración y la frecuencia, ayudan a relajar el cuerpo, calmar la mente y abrir el corazón. Mi forma de guiar las sesiones es amorosa, clara y compasiva.

Sostengo un espacio seguro donde cada persona puede entregarse al sonido y salir de la experiencia con más calma, enfoque y energía renovada.



# cómo agendar tu sesión

Para más información y cotizaciones, ponte en contacto directamente con Maga:

- Instagram: @sabiduriadelunallena
- WhatsApp: 55 4129 5573

El precio se comparte de manera personalizada, según el tamaño de tu equipo y las necesidades de tu empresa.

