

IN-PULSO

-Bienestar que impulsa tu equipo -





BIENESTAR HUMANO Y ÉXITO ECONÓMICO SON PARTE DEL MISMO CAMINO



A TRAVÉS DE NUESTRA EXPERIENCIA, AYUDAMOS A LAS EMPRESAS A:

- Cultivar el liderazgo inspiracional
- Impulsar la alineación de la cultura con el propósito
- Fomentar la regulación emocional y el bienestar integral
- Ayudar a desarrollar la escucha activa y la comunicación efectiva
- Elevar la adaptación al cambio (entornos VUCA)
- Reconectar con el sentido del trabajo y avivar el compromiso
- Reforzar la valoración de la diversidad y el fomento de la inclusión
- Promover la conciencia social y la conexión con el entorno
- Estimular la creatividad y la innovación



ENTREGAMOS EXPERIENCIAS CONSCIENTES QUE TRANSFORMAN EQUIPOS

Hoy las empresas no solo necesitan reuniones...
Necesitan espacios de pausa, conexión y sentido.

Porque **el viaje mayor es el que emprendemos hacia nuestro interior**, por eso acompañamos a las empresas no solo a viajar, sino también a reconectar desde adentro a través de:

- **Pausas con propósito:** Espacios diseñados para reducir el cortisol y elevar la creatividad.
- **Cultura de cuidado:** Llevar el bienestar al lugar donde nace la estrategia.
- **Impacto inmediato:** Herramientas prácticas para la gestión del estrés en el día a día.

EXPERIENCIAS DE PAUSA Y CONEXIÓN



SOUND HEALING + MEDITACIÓN

Sesión de 1 hora, creada según las necesidades de la empresa o cliente: sanar, reducir ansiedad, integrar conceptos o fortalecer visión colectiva.

Inicia con una guía introspectiva que ordena la energía y prepara el campo emocional para recibir las frecuencias sanadoras. Luego, cuencos, gong y vibraciones profundas que acompañan la transformación interna.

Al finalizar, la persona o empresa recibe su meditación personalizada, producida y disponible en Spotify.

Más que un baño de sonido, es una herramienta emocional que permanece y expande.



EXPERIENCIAS DE PAUSA Y CONEXIÓN



TALLER SER, Un ser sobrenatural

Una experiencia inspirada en aprendizajes de entrenamiento con el Dr. Joe Dispenza.

Taller de 2 horas. Inicia con una explicación clara de la importancia de la energía. Cómo operan las frecuencias y por qué elevar nuestra vibración y transformar nuestro estado físico, emocional y mental.

Desde la física cuántica y la introspección, se integran respiración y meditación como amplificadores de coherencia. Luego, el grupo vive una meditación inmersiva de bendición de centros energéticos con Sound Healing.

Cierra con una introspección colectiva que expande la vivencia.



EXPERIENCIAS DE PAUSA Y CONEXIÓN

YOGA

Restaurativo y Consciente

Clases de 1 hora, para todos los niveles, adaptadas a las necesidades del grupo, integrando movimiento suave, respiración consciente y posturas que restauran el sistema nervioso.

Pueden complementarse simultáneamente con Sound Healing, o meditación + sonido para profundizar la relajación y la coherencia interior.



BENEFICIOS DEL YOGA

01

Salud Física

El yoga fortalece los músculos, mejora la flexibilidad y mejora el equilibrio para un cuerpo más fuerte y saludable.

02

Claridad Mental

El yoga agudiza la concentración, reduce la ansiedad y fomenta la paz interior a través de la respiración profunda consciente.

03

Bienestar Emocional

El yoga favorece la autoconciencia, el equilibrio emocional y mejora el estado de ánimo para un estilo de vida más saludable.

04

Curación Holística

El yoga integra el movimiento, la respiración y la atención plena para crear armonía entre el cuerpo y la mente.

EXPERIENCIAS DE PAUSA Y CONEXIÓN



FLOATING SOUND HEALING

Experiencia sensorial innovadora en piscina. La flotabilidad facilita relajación profunda, mientras cuencos y frecuencias viajan por el agua, amplificando vibración y sanación. Invita a soltar tensiones, regular emociones y renovar el sistema energético con calma absoluta.



EXPERIENCIAS DE PAUSA Y CONEXIÓN

BITÁCORA DE SUEÑOS:

Taller de 2 horas, diseñado para crear una visualización tangible de metas y sueños, potenciando claridad, motivación y creatividad.

Comienza con una explicación profunda sobre los estados de la manifestación y la ley de atracción. Luego, una meditación de activación energética y finalmente, cada participante construye su Magic Board, un mapa visual creado con intención consciente.

Incluye teoría, meditación y todos los materiales para una experiencia verdaderamente expansiva.

BITÁCORA DEL FUTURO - CARTA AL YO EXPANDIDO:

Meditación profunda para visualizar una versión futura coherente y equilibrada. Posteriormente, se escribe una carta desde ese “yo expandido” hacia el presente.

Actividad poderosa para claridad, dirección y autoconfianza.

Incluye journal y sobre de sello personal.





OTRAS EXPERIENCIAS

Tejiendo Historias Taller de Hilo y Memoria

Tejer o anudar como metáfora de la narrativa personal. Mientras se crea una pieza sencilla, se reflexiona sobre los “nudos” emocionales y los aprendizajes de vida.

Ritual de Fuego

Ritual simbólico para soltar lo que no aporta y abrir nuevos comienzos. Con reflexión guiada y fuego, el grupo vive claridad, cierre emocional y profunda renovación energética.

Taller de Automasaje

Acompañamiento ideal para manejar ansiedad, estrés y promover pausas activas conscientes, a través de la reflexología holística. Enseñanza de técnicas prácticas para reconectar, regular y autogestionar.

Acuarela y Meditación

Creación e introspección para pausar, respirar y crear. A través del color, el silencio y la guía consciente conectamos con el aquí y el ahora, despertando sensibilidad, claridad interior y expresión auténtica



OTRAS EXPERIENCIAS

Arte terapia – Reconectar para Comprender

Donde el arte se convierte en lenguaje del alma. Ejercicio guiado de pintura intuitiva, collage o dibujo, donde los participantes exploran emociones no verbalizadas y patrones internos.

Sanando el Niño Interior Cerámica Terapéutica

Una experiencia profunda de reconexión con la infancia. La arcilla funciona como anclaje somático, permitiendo liberar memorias emocionales desde la suavidad.

Cartas que Nunca Envié Ritual de Liberación

Un taller íntimo donde la escritura consciente permite expresar palabras retenidas: perdón, límites, gratitud o despedida. Favorece la liberación emocional, la claridad y el cierre de ciclos.

Mandalas del Propósito Geometría y Enfoque

Experiencia creativa que utiliza la geometría sagrada como herramienta de enfoque mental. Integra respiración consciente y reflexión final sobre coherencia interna.



OTRAS EXPERIENCIAS

Sanando el Niño Interior Cerámica Terapéutica

Una experiencia profunda de reconexión con la infancia emocional. A través del modelado en cerámica, cada participante crea una pieza simbólica que represente su niño interior.

Mapa de Vida Consciente Visualización y Diseño

Taller creativo tipo vision board, con enfoque introspectivo. aborda los estados internos: paz, coherencia, energía, equilibrio. Se crea un mapa visual alineado con valores personales.

Ritual del Espejo Identidad y Autoimagen

Experiencia reflexiva y creativa de los participantes y un pequeño espejo, donde escriben palabras que desean integrar a su identidad. Favorece la autoestima, coherencia y presencia.

Además: herramientas de Mindfulness, Coaching y Psicología Holística, para el liderazgo consciente, entre otros.

Todas nuestras experiencias ofrecen beneficios únicos y las adaptamos a distintos niveles de condición física y objetivos, lo que garantiza un servicio personalizado siempre para nuestros clientes y empresas.



LOGÍSTICA EXPERTA + PROPÓSITO HUMANO

- **Facilitadores expertos:** con experiencia y trayectoria certificada.
- **Diseño de servicios a la medida:** también podemos desarrollar experiencias que se adapten en presupuesto, tiempo y espacio a nuestros clientes, buscando enfocar la energía según cada necesidad.
- **Logística y orientación al detalle:** Para una experiencia impecable...
 - **Ambientación:** sonidos, aromaterapia, organización y decoración del espacio de acuerdo con la intención.
 - **Elementos que enriquecen la experiencia:** aceites esenciales, mats de yoga, tapajos, cartas o tarjetas personalizadas, recordatorios simbólicos, termos, bolsos, regalos o detalles elegidos con intención.
 - **Posibilidad de brandear la experiencia** con el logo de la marca empresa para generar más sentido de pertenencia.



VIAJES EMPRESARIALES










EXPERIENCIAS A LA MEDIDA

¿A dónde podemos llevar a tus equipos?

Destinos inspiradores en Colombia y el mundo,
elegidos con intención, detalle y cuidado.

- Montaña, playa o ciudad.
- Viajes de 2 a 9 días.
- Desde grupos reducidos hasta equipos completos.
- Itinerarios personalizados según el propósito o enfoque definido.
- Kit de viajero Mantra.
- Momentos Mantra: introspección personal, conexión colectiva y con la naturaleza.

En viajes, también somos expertos...
Nos encargamos de toda la logística,

 Reservas de vuelos, hoteles y transporte	 Documentación, seguros y permisos
 Itinerarios estratégicos	 Acompañamiento y asistencia 24/7
 Alimentación y experiencias culturales	 Memorias del viaje y cierre con retroalimentación
 Diseño y desarrollo de momentos Mantra (a la medida de acuerdo a la necesidad)	

BIENESTAR AL ALCANCE DE TODOS

- Eventos únicos en sedes empresariales
- Retiros corporativos de un día (full day o part time) en la ciudad o a las afueras.
- Viajes corporativos (locales, nacionales o internacionales)

01

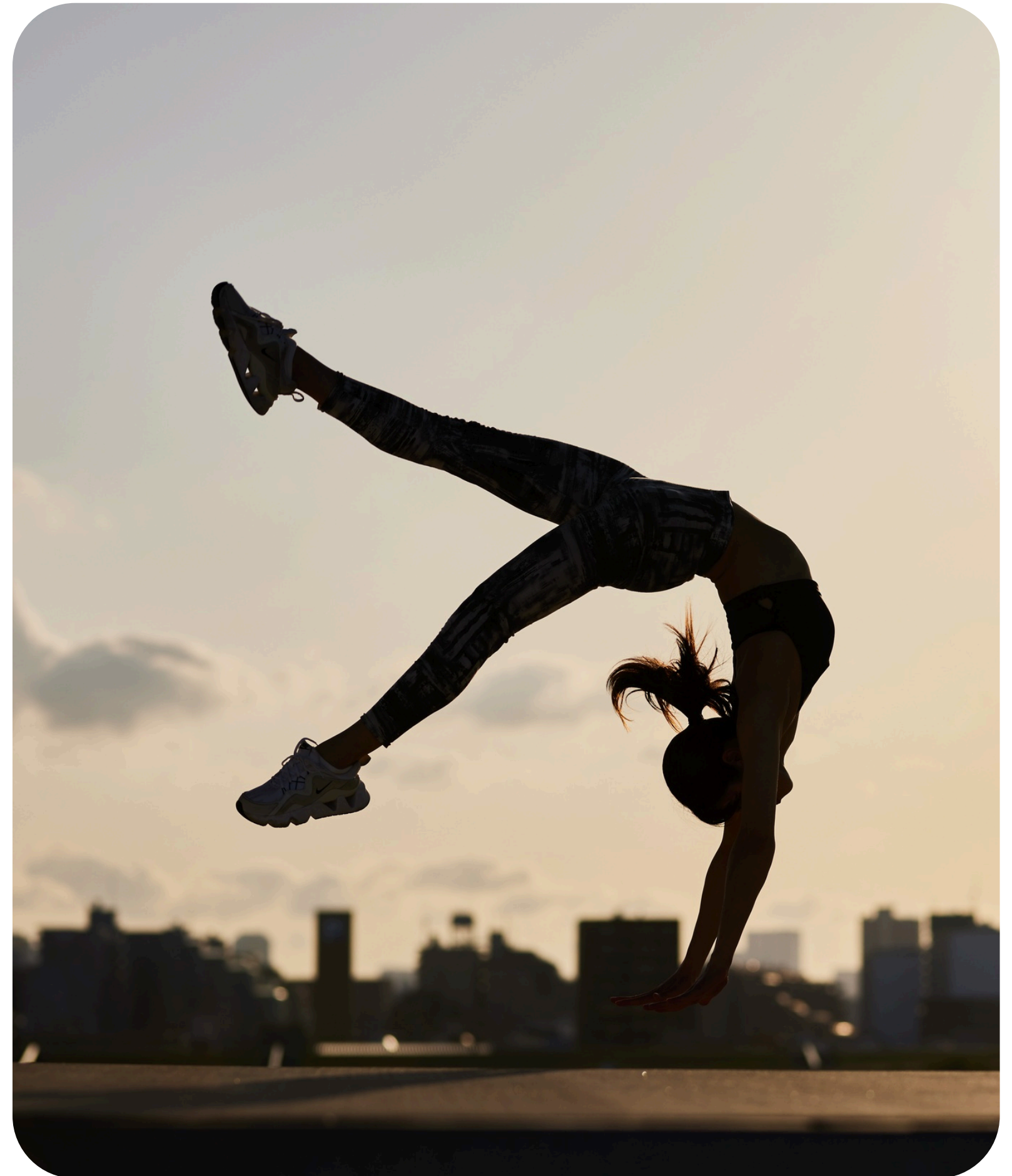
Todas las experiencias pueden adaptarse a:

- Cierres de año
- Lanzamientos
- Integraciones de equipo
- Jornadas de liderazgo
- Convenciones empresariales
- Fechas especiales
- Otros

02

Condiciones generales:

- Reservas (viajes o eventos) con 30 días de anticipación y 50% del valor total como anticipo.
- Montaje incluido.
- La empresa contratante es responsable de garantizar la idoneidad del espacio (limpieza, seguridad, tranquilidad, ventilación y accesos adecuados)



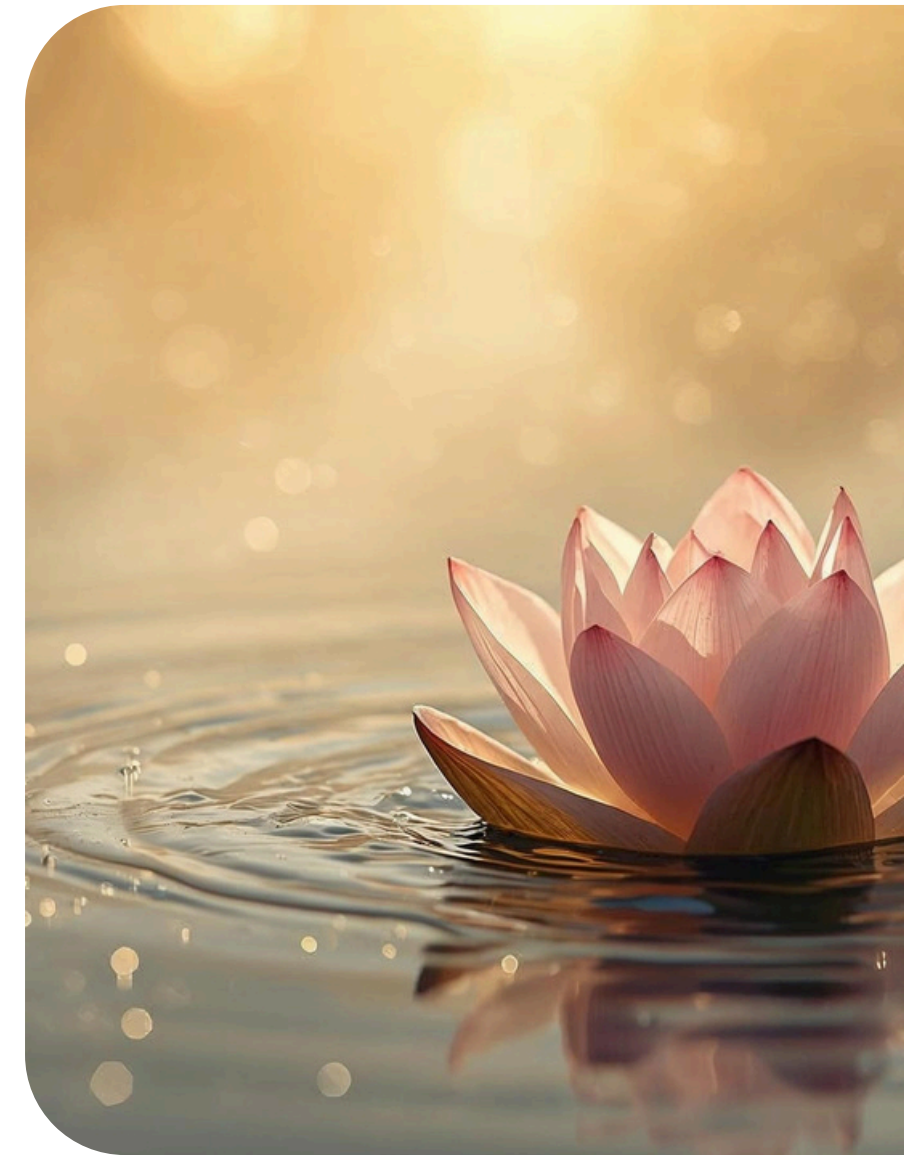


NUESTRA INVITACIÓN

¿Te imaginas a tu equipo viviendo una experiencia diseñada para fortalecer su propósito, renovar su energía y alinear sus talentos con los objetivos de la organización?

Co-creemos juntos una experiencia que transforme la manera de trabajar, conectar y crecer.

¡GRACIAS!



+57 300 408 2462



comercial@sermantra.co



sermantra.co