

La sensualidad, el movimiento y el bienestar íntimo se unen en **ErosFit**, un revolucionario método de entrenamiento que combina ejercicios de movilidad, danza, fitness, expresión sensual y mindfulness. Enfocado en mujeres mayores de 35 años, su práctica promete los beneficios de un entrenamiento fitness, desde una perspectiva sensorial y erótica, activando la energía femenina, potenciando la confianza y aumentando el deseo sexual y placer.

“Muchas mujeres hemos sentido una desconexión con nuestro cuerpo, con nuestra energía sensual y con nuestra sexualidad, en gran parte debido a la rutina y a los diferentes roles que debemos cumplir, sumado a las hormonas que van cambiando después de lo 40”, comenta Susana Barrientos (@su_barrientos), periodista y entrenadora con 20 años de experiencia en fitness integral y expresión corporal para mujeres, quien comenzará a impartir este método a fines de marzo, en Viña del Mar y online.

Anuncio Patrocinado



La falta de movilidad y el estar mucho tiempo sentadas, produce que la cadera se vuelva rígida, lo que puede inhibir nuestro placer íntimo, ya que disminuye la sensibilidad, causando incluso molestias. Por esto, a través de la práctica de posturas que mejorarán el disfrute de quien lo realice, de ejercicios de suelo pélvico y de expresión sensual, se les devolverá movilidad a la columna y cadera, despertando esa energía erótica que estaba bloqueada.

Novedoso curso promete despertar la sensualidad y potenciar el bienestar íntimo

En el taller de lanzamiento, se integrarán a esta experiencia técnicas de mindfulness, atención plena y conexión con el segundo chakra, denominado como el centro de la energía sexual y creativa, instancia que estará a cargo de Elizabeth Piñeda (maga.consciente) especialista en terapias holísticas, coaching, taróloga evolutiva y pinealista.

WAWM | PUBLICIDAD

AGENCIA DE PUBLICIDAD

- Impresiones
- Manejo de redes sociales
- Videos y fotografías profesionales

Conversemos por WhatsApp

Erosfit no es solo ejercicio, es una experiencia de autodescubrimiento y conexión con tu esencia sensual y con el placer. El curso se realizará por primera vez en Viña del Mar este 29 de marzo, en el Centro de Salud y Bienestar Kalyaan, ocasión en la que se sorteará un juguete gentileza de la boutique erótica Tu Mejor Cómplice. Para quienes no puedan asistir, estará disponible en su modalidad online en www.thatgirl.cl

Los cupos son limitados y puedes solicitar más información en el Instagram: @su_barrientos @seducete_oficial

y tú, ¿qué opinas?