

AGUSTINA ECHEGOYEN

Mujeres conscientes

Diez movimientos para la plenitud



Mujeres conscientes

Diez movimientos para la plenitud

«“Mujeres conscientes” de Agustina Echegoyen es un camino por diez movimientos para que las mujeres puedan encontrar las claves para integrarse consigo mismas y con el mundo que las rodea. El libro explora qué significa para las mujeres que viven en el contexto global actual proponerse intenciones claras y prestar atención a la plenitud de la vida, en todas sus fases. También reconoce el valor de mantener una conexión profunda con la naturaleza y el imperativo de que todos reconozcamos cómo nuestras propias acciones afectan la salud del planeta». Janet Stone.

» Agustina Echegoyen

MUJERES • Alternativa • LEA España

Agustina Echegoyen nació el 4 de agosto de 1988. Es licenciada en Comunicación Social por la Universidad de San Andrés (Victoria, Buenos Aires), instructora de yoga, «coach» ontológica y «health coach». Se ha especializado en yoga femenino y practica surf desde pequeña. Después de vivir muchos años en Londres trabajando para la industria de la moda, decidió regresar a Argentina por cuestiones familiares que le abrieron un nuevo e inesperado camino. A partir de entonces, su vida dio un giro radical en beneficio de sí misma y de las mujeres a las que acompaña para despertar la consciencia que habita en ellas. En esta dirección, organiza y dirige retiros y encuentros de yoga y «coaching», tanto en Argentina como alrededor del mundo. Como parte del camino y expresión de su presente nace «Mujeres conscientes», su primer libro, con el que espera colaborar en la vida de mujeres de todas las edades y procedencias.



9788411316927

Thema: VSPD; VXM
978-84-11316-92-7

192 páginas

Rústica con solapas

15 x 23 x 1.1 cm · 301 g

PVP: 17.95 €