



Escuela de Risoterapia  
de Madrid  
C/Ramón Creso, 29  
Tel.: 913168645 / 657981290

# *Habitando mi Cuerpo Gozoso*

ESCUELA DE RISOTERAPIA DE MADRID





ESCUELA DE RISOTERAPIA DE MADRID  
e-mail: [escuela@jugarycrecer.com](mailto:escuela@jugarycrecer.com)  
[www.jugarycrecer.com](http://www.jugarycrecer.com)  
Tel: 91 316 86 45 /657 98 12 90

## ¿Qué es Habitando mi Cuerpo Gozoso?

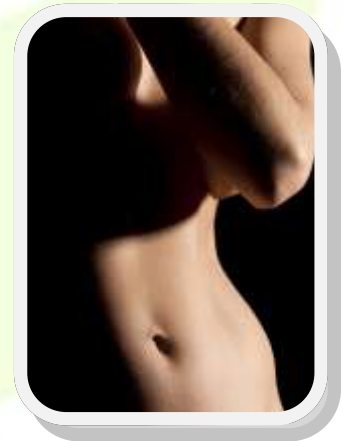
Un TALLER para explorar el potencial de la sexualidad femenina a través del arte, la danza, el masaje, la reflexión, el juego y la anatomía vivencial.

Un acercamiento gradual a lo que soy desde el cuerpo, a lo que siento y manifiesto como mujer.

Una aproximación desde el asombro a lo que me hace sexual, más allá ideas o prejuicios.

Una invitación a vivirme y sentirme diferente.

Una oportunidad para habitar cada centímetro de piel, cada rincón del territorio gozoso de nuestro cuerpo.



## ¿A quién va dirigido?

- A todas las mujeres.
- A toda mujer que desee estar más conectada con su cuerpo, disfrutar, gozar y sentir más abiertamente.
- A toda mujer que desee profundizar en la energía femenina, en su energía sexual creativa.

## ¿Es un taller de Sexualidad?

Sexualidad entendida como energía vital creativa; sexualidad entendida como la capacidad de abrirnos a gozar de todo y sentir el placer de estar vivas.

*“No sé que es la sexualidad pero sé que habita en mi cuerpo*

*Sé que mi cuerpo es sexual*

*Sé que sexualidad es totalidad y me acerca a quien soy*

*Porto vida en mis pechos y porto vida en mi vientre, en forma de huevos creadores*

*¿A qué sirve mi energía sexual?*

*¿Quién soy yo en medio de la ola suave y la ola intensa de la energía?”*



ESCUELA DE RISOTERAPIA DE MADRID  
e-mail: [escuela@jugarycrecer.com](mailto:escuela@jugarycrecer.com)  
[www.jugarycrecer.com](http://www.jugarycrecer.com)  
Tel: **91 316 86 45 /657 98 12 90**

## ¿Qué te puede aportar?

- *Vivir y sentir la energía que habita en ti.*
- *Enfocar esta potente energía de forma constructiva y realizarte plena y satisfactoriamente.*
- *Hacerte más dueña de ti. Quererte, aceptarte y respetarte más.*
- *Entender tus polaridades te ayudará a disfrutar más de tus relaciones sociales y amorosas.*
- *Habitando tu cuerpo estarás más presente. Estar presente es gozar y respirar cada momento.*

*“Comprometerse para gozar de una salud vibrante en todos los aspectos de la vida lleva anejo un gran poder” Christiane Northrup*





ESCUELA DE RISOTERAPIA DE MADRID  
e-mail: [escuela@jugarycrecer.com](mailto:escuela@jugarycrecer.com)  
[www.jugarycrecer.com](http://www.jugarycrecer.com)  
Tel: 91 316 86 45 /657 98 12 90

## Contenidos

### **1. MI MAPA ERÓTICO, MI CUERPO**

- Ideas sobre la sexualidad.
- Mi cuerpo. Mi cuerpo ante otros.
- Reconociendo lo que me da placer.
- Pechos, soportes de mi sexualidad.
- Movimiento y sensualidad.

### **2. EL FLUIR, LA ENTREGA**

- El gua en mí. Una sexualidad de órganos y líquidos.
- La rendición en mí.
- Recuperando la apertura.

### **3. EL JUEGO**

- Los sentidos como puertas de placer.
- La imaginación creativa.
- Olores, colores, sabores.
- Recuperando la alegría.

### **4. LOS LÍMITES**

- Mi poder, mi consistencia.
- Mi capacidad para decir no.
- La recuperación de mis caderas y mi vientre.
- Recuperando la firmeza.

### **5. LA FUERZA DEL DESEO**

- Fuego. Sin miedo a ser.
- El animal en mí.



ESCUELA DE RISOTERAPIA DE MADRID

e-mail: [escuela@jugarycrecer.com](mailto:escuela@jugarycrecer.com)

[www.jugarycrecer.com](http://www.jugarycrecer.com)

Tel: 91 316 86 45 /657 98 12 90

-Soy cazadora. Soy seductora.

-Recuperando la intensidad.

## 6. EL DISFRAZ. LA SOMBRA

- Las diferentes mujeres en mí: atreviéndome a mostrarlas.

-Lo que oculto, lo que me avergüenza.

-Mis fantasías: viajando por lo prohibido.

## 7. CELEBRACIÓN. EL OTRO. LO MASCULINO

-Tocando al otro, dejándome tocar.

-Guiando con humor.

-La fiesta de mi feminidad frente a la presencia masculina.

-Los dones de lo masculino.

-Redescubriéndonos, rencontrándonos.





ESCUELA DE RISOTERAPIA DE MADRID  
e-mail: [escuela@jugarycrecer.com](mailto:escuela@jugarycrecer.com)  
[www.jugarycrecer.com](http://www.jugarycrecer.com)  
Tel: 91 316 86 45 /657 98 12 90

## Información Práctica

**Facilitadores:** Nazaret Laso Álvaro.

**Fecha:** el curso dará comienzo cuando se llegue al mínimo de participantes. Dos jueves al mes de forma quincenal. Inscripción abierta.

**Duración del curso:** 12 sesiones con un total de 36 horas.

**Horario:** Jueves de 19 a 22 horas.

**Precio del curso completo:** Matrícula 50€ + 70€/mes.

**Requisitos:** ninguno.

**Descuentos:** Pago del curso completo 350€ + 50€ (matrícula)  
10% para personas desempleadas (presentando cartilla paro).

**Lugar:** Escuela *Jugar y Crecer* – C/Ramón Crespo, 29 (Madrid)  
<http://www.jugarycrecer.com/escuela.htm#mapa>

## Inscripción

- Antes de realizar la reserva de plaza, contacta con nosotros en los teléfonos 91 316 86 45 ó 657 98 12 90 o bien por e-mail a [escuela@jugarycrecer.com](mailto:escuela@jugarycrecer.com) y/o [info@jugarycrecer.com](mailto:info@jugarycrecer.com).
- La reserva de plaza se hace efectiva ingresando el precio de la matrícula (50€) en el número de cuenta de Bankia que os facilitamos:  

2038 1800 83 3000698851 a nombre de Irene Fernández Megina  
Indica en el CONCEPTO: CURSO HABITANDO
- El resto del importe entregará en la administración de la Escuela el día del taller.
- La Escuela JugaryCrece se reserva la posibilidad de cancelar el curso. En este caso, todas las reservas se devuelven íntegramente. Si la persona decide abandonar el curso una vez ya empezado, no se procederá a la devolución del dinero. Si la persona decide finalmente no participar, deberá avisar con 10 días de antelación para que otra persona pueda ocupar su plaza y se le procederá a la devolución del ingreso realizado. En caso contrario, no se procederá a la devolución de la reserva (50€).



ESCUELA DE RISOTERAPIA DE MADRID

e-mail: [escuela@jugarycrecer.com](mailto:escuela@jugarycrecer.com)

[www.jugarycrecer.com](http://www.jugarycrecer.com)

Tel: 91 316 86 45 /657 98 12 90

## Nazaret Laso Álvaro



Me apasiona el cuerpo y sus misterios, sus tesoros, sus puertas ocultas. Fascinada desde joven por los modelos de sexualidad oriental, investigo en mi cuerpo el potencial extático que está oculto en su interior.

De la mano de Carmen G.Enguita exploré con profundidad y risa y ahora me lanzo a compartir lo que sé y lo que no sé y quiero descubrir en grupo. El recorrido por mi cuerpo me ha mostrado caminos sabios y sanadores.

A través del placer. Vigilante la conciencia, abierto el corazón.