

ALICANTE, DEL 8 AL 13 ABRIL 2026

FORMACIÓN PRESENCIAL

6 DÍAS INMERSIVOS QUE
CAMBIARÁN PARA SIEMPRE TU
MANERA DE HABITAR TU VIDA

SOMOSUNO

ESCUELA DE LIBERACIÓN EMOCIONAL
SOMÁTICA Y ENERGÉTICA

A L I C A N T E , D E L 8 A L 13 A B R I L 2026

Durante seis días vivirás una experiencia diseñada para romper patrones, abrir tu cuerpo, expandir tu conciencia y devolverte a tu verdad más pura.

Aprende y Desarrolla el Método Propio “5 Cuerpos”
Un método exclusivo. Un lenguaje único. Una forma de ver y abordar al ser humano que solo aprenderás en somosuno escuela.

Este sistema es la brújula que te permitirá comprender y regular tu mundo interno desde la raíz: el cuerpo, la emoción, la mente, la energía y la conciencia trabajando de forma unificada.

No es teoría. No es acumulación de herramientas. Es un proceso de transformación integral que te enseña a leer tu sistema desde adentro, a reconocer tus bloqueos y a guiar a otros desde tu propia experiencia.



FORMACIÓN SOMOSUNO 2026



CONVIÉRTETE EN EXPERTO EN

SOMÁTICA

RESPIRACIÓN

ENERGÍA



¿Qué es el Método 5 cuerpos?

Nace no solo desde una perspectiva con base biológica y psicológica , sino desde nuestro propio proceso personal, desde nuestra propia experiencia vivida, a nivel emocional, conductual y sobretodo corporal.

Diseñamos el método para acompañar a las personas en su desarrollo y crecimiento personal, abordando el trabajo integral de los 5 cuerpos que nos sostienen:

El cuerpo físico, emocional, mental,
energético y espiritual.

Nuestro propósito es que todas las personas puedan descubrir una forma de vivir, desde la plenitud y la autenticidad, regulando su sistema nervioso, desde la comprensión real de lo que les ocurre y de lo que el cuerpo necesita, aprendiendo a escuchar las señales del cuerpo, empezar a regular la energía vital y finalmente reescribir una nueva narrativa emocional.



Si estas en un momento de profunda búsqueda personal, eres terapeuta, coach o quieres ayudar a otros en este camino de transformación personal esta formación es para ti.

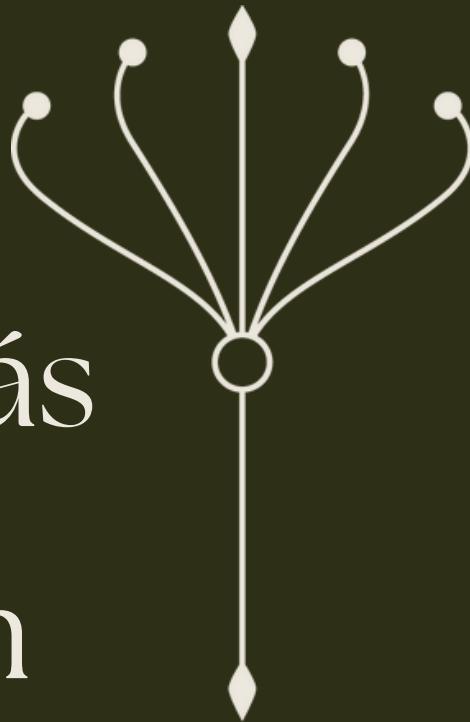
3 PILARES BÁSICOS





Mucho más que una formación

Lo que experimentarás y
aprenderás aquí te dará la
oportunidad de comenzar a
vivir plenamente en lugar de
solo sobrevivir.





¿Por qué es una Formación única?

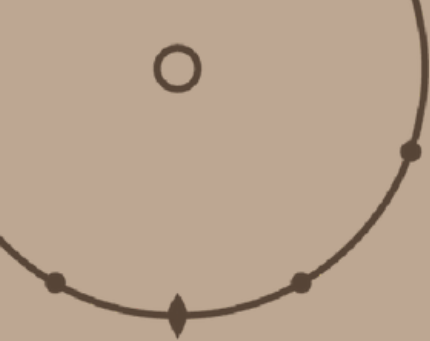
Somos la única escuela que ofrece una formación en liberación emocional y trauma que integra en profundidad el trabajo corporal (somático) y energético.

Es una verdadera oportunidad para transformar tu vida personal y laboral.

Al formarte en varias técnicas, podrás ofrecer sesiones a diversos públicos. No solo lograrás un impacto personal profundo, sino que también abrirás nuevas puertas en el ámbito profesional.

Esta formación no solo te capacita como facilitador de diversas herramientas como la respiración conciente (breathwork) y activación de kundalini, sino que también te proporciona las herramientas somáticas indispensables para sostener el proceso de liberación que ocurre en estos encuentros, lo que nos diferencia como escuela somática.

¡Aprovecha esta formación y conviértete en un líder en el campo del bienestar y el desarrollo personal! con herramientas altamente demandadas y en auge laboral.



Nuestra formación te proporciona las herramientas necesarias para sostener y acompañar procesos de liberación emocional, integrando diversas técnicas y herramientas que abren un mundo de posibilidades profesionales.



**Respiración
consciente**
(breathwork)



**Movilización y
activación de
la energía**
(más allá de la
energía kundalini)



**Trabajo somático
y liberación
corporal**
(somatic
experiencing)



**Liberación
de voz**



**Fundamentos de
la psicoterapia
corporal**



**Biología, trauma
y neurociencia
aplicada**



**Marketing y
marca personal.**



CERTIFICACIÓN

Más de 100 horas distribuidas a lo largo del curso



PRESENCIAL EN FORMATO RETIRO

**6 DÍAS
5 NOCHES**
de Inmersión
Profunda.

- Alojamiento en plena naturaleza en habitaciones compartidas.
- Pensión completa , dieta consciente y vegetariana.



3 MESES FORMACIÓN ONLINE

Masterclases quincenales con el equipo multidisciplinar de la escuela.



- 6 profesionales de distintos ámbitos serán tus mentores y guías para enseñarte todo lo que necesitas para poder convertirte en un master de liberación emocional, somática y energética.
- Garantizando tu aprendizaje y tu posterior éxito como facilitador.

PREPARACIÓN PREVIA



Tendrás acceso gratuito a todos nuestros eventos presenciales y online a partir del día en que formalices tu reserva.



RESPALDO DE LA ESCUELA SOMOSUNO

Podrás formar parte de nuestra comunidad de facilitadores somáticos y energéticos accediendo a nuestros eventos y recursos exclusivos, que te potenciarán tu auge profesional.

Convivir durante 6 días junto a tus compañeros y el equipo de la escuela, te garantiza un proceso de aprendizaje y autoexploración personal profundo inigualable.

Transformación personal profunda y duradera



Explorando en primera persona las técnicas de alto impacto que cambiarán tu vida para siempre.



Formación completa:

Al finalizar, te sentirás completamente seguro, capacitado y preparado para facilitar y guiar tus propios encuentros, tanto en sesiones individuales como grupales. Obteniendo una doble capacitación.



MODULOS DE APRENDIZAJE

CUERPO MENTAL

“vibraciones de la mente”



**Mente
consciente**



**Mente
subconsciente**



Supraconsciencia



**Neurociencia
aplicada y sus
fundamentos.**



**Crea nuevas
conexiones
neuronales,** no es
magia es ciencia, es
neuroplasticidad



Ondas cerebrales,
cómo trabajarlas
para nuestro
bienestar.



**El sonido y su
repercusión en
nuestro trabajo
como facilitadores,**
aprenderás como
influye el sonido en
los cambios a nivel
neuronal





CUERPO EMOCIONAL

“el viaje hacia dentro”



TRABAJO
INFORMADO
DE TRAUMA

TRAUMA Y
SISTEMA
NERVIOSO.

CREENCIAS
LIMITANTES

PSICOLOGÍA DEL
DESARROLLO
SOMÁTICO

TEORÍA POLIVAGAL
Y NEUROFISIOLOGÍA

SISTEMA DE
APEGO

NIÑO INTERIOR

TRABAJO DE
SOMBRA

CODEPENDENCIA

CATARSIS

RETRAUMATIZACIÓN

CUERPO FÍSICO

1º BLOQUE - MEMORIA CORPORAL TRABAJO
SOMÁTICO PROFUNDO

“puente a la vida”



SISTEMA FASCIAL

TOQUES DE APOYO

PUNTOS DE PRESIÓN

TENSIÓN DE MÚSCULOS

TRABAJO SOBRE
ÓRGANOS ESPECÍFICOS

TAPPING

2º BLOQUE - LIBERACIÓN DE LA VOZ



WORKSHOP

“Silencio, Aliento y Voz” Imparte Jon del Vas Trabajo diafragmático.



3º BLOQUE -TRABAJO CORPORAL INTEGRATIVO

“La liberación”



4º BLOQUE -LA RESPIRACIÓN COMO HERRAMIENTA SOMÁTICA

“El aliento”



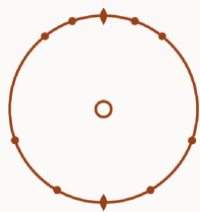
- Diferentes escuelas y enfoques de breathwork.
- Respiración funcional para tu día a día
- Técnica de respiración de nuestro método: “somatic breath” como puerta de entrada al subconsciente y memorias internas.
- Sistema Nervioso Autónomo
- Sistema Respiratorio
- Resistencias y mecanismos de defensa.
- Patrones disfuncionales de la respiración y físicos.



CUERPO ENERGÉTICO

“tu medicina”





EL TEMPLO

“lo sagrado”



PREPARACIÓN DEL ESPACIO

APERTURA Y ACTIVACIÓN DEL LUGAR

ALTAR Y SUS ELEMENTOS

LIMPIEZA ENERGÉTICA DEL ESPACIO Y DE LOS PARTICIPANTES.

PRÁCTICAS DE PROTECCIÓN ENERGÉTICA PARA EL FACILITADOR ANTES Y DESPUÉS.

MÓDULO 6

EL FACILITADOR

- Cuestionarios previos para el cliente.
- Cómo conseguir que las personas repitan y afiances una cartera de clientes.
- Procedimiento de workshops online.
- Utilización de auriculares inalámbricos y la posibilidad de adquirirlos para tus sesiones.
- Diferentes tipos de sesiones y workshops.
- Acompañamiento post sesión, como sostener los posibles efectos posteriores.
- Ética profesional



MÓDULO 7

ONLINE VÍA ZOOM



Masterclass

Creación marca personal, redes sociales, marketing.



Masterclass

Terapia sistémica- constelaciones familiares.



Masterclass

Diseño humano.



Encuentros conscientes

Sesiones vivas donde profundizaremos en la práctica.
Grupo de apoyo y sostén para siempre.



Bibliografía y soporte complementario

EL ALOJAMIENTO



UBICACIÓN

Nos hospedaremos en una encantadora masía ubicada en la sierra de Els Plan, en Alcoy, Alicante

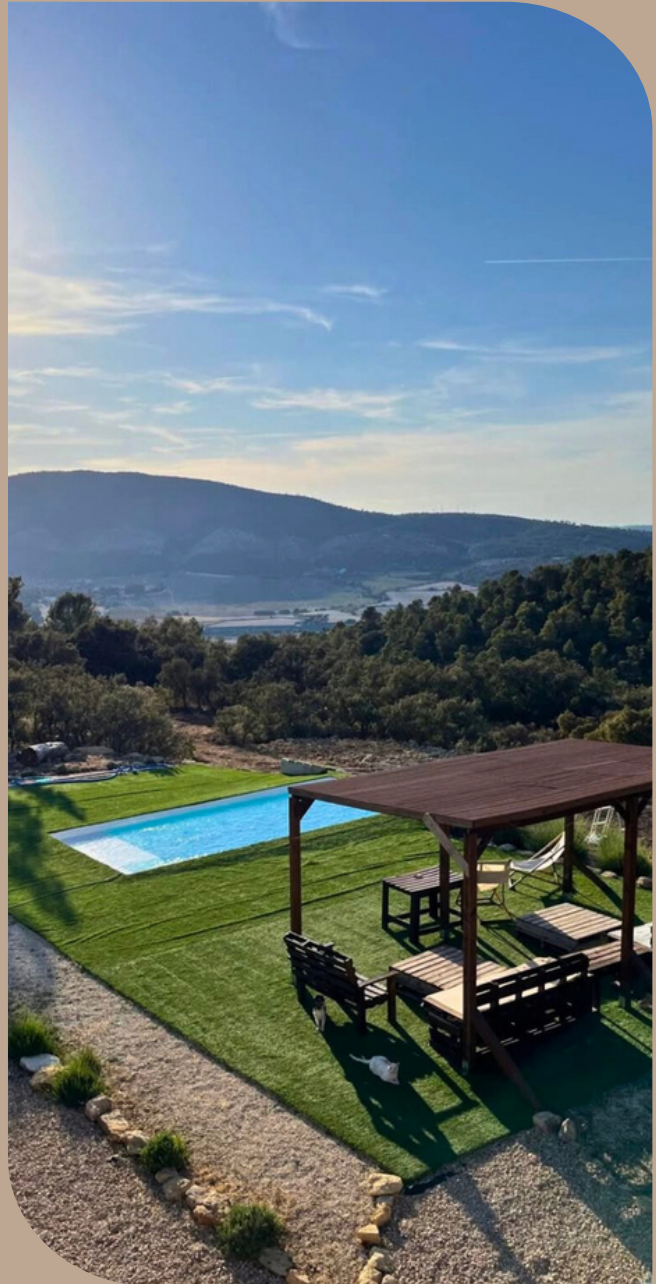
- El entorno ofrece un refugio de paz y armonía, rodeado de naturaleza, creando un paisaje sereno y acogedor para disfrutar de la tranquilidad que brinda el lugar.
- Las habitaciones serán compartidas, lo que te permitirá conectar con personas que comparten tus inquietudes y formar vínculos tanto personales como profesionales.

EL ALOJAMIENTO

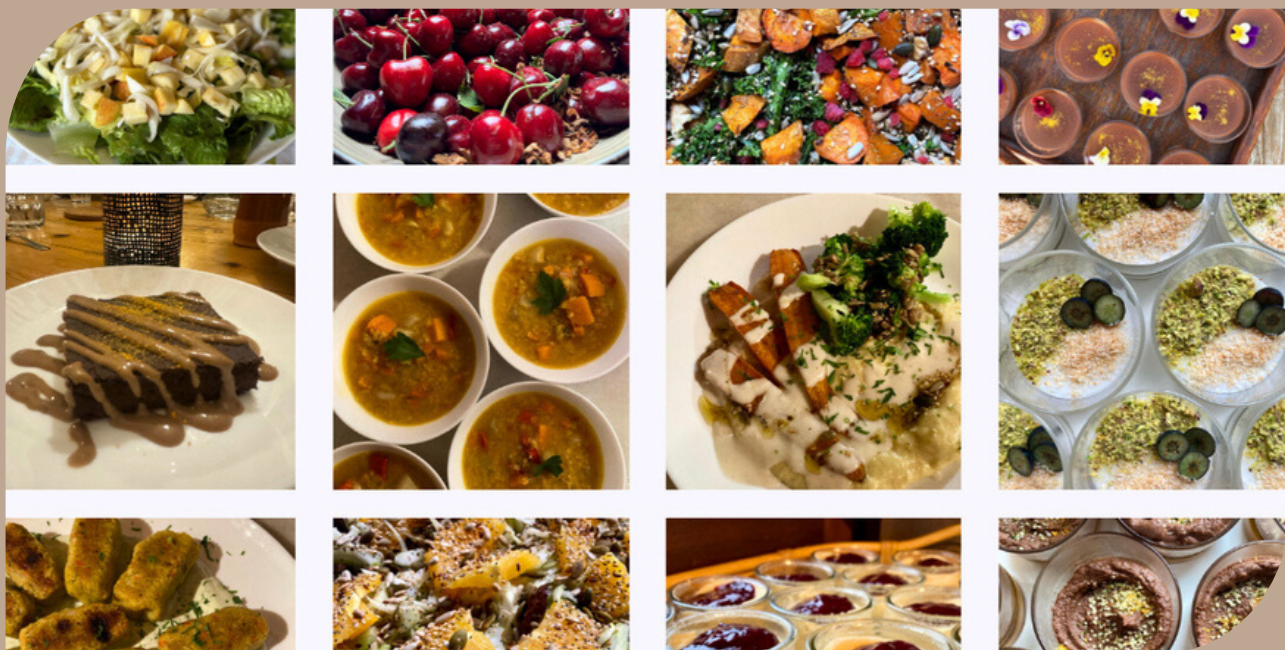


INSTALACIONES

- Wifi
- Calefacción y aire acondicionado en todas las habitaciones
- Piscina
- Sala que servirá como nuestro santuario de calma y equilibrio, donde se llevarán a cabo la mayoría de las actividades.



EL ALOJAMIENTO



ALIMENTACIÓN CONSCIENTE

Disfrutarás de una experiencia culinaria equilibrada, dirigida por un chef especializado en gastronomía saludable.

Todos los ingredientes son de proximidad, y los menús diarios, inspirados en la cocina mediterránea, deleitarán nuestros sentidos mientras promovemos un estilo de vida consciente y revitalizante.

Será un auténtico parón en tu vida cotidiana, donde potenciarás todas tus herramientas internas, silenciarás tu mente y recordarás tu propósito de vida.

EL EQUIPO



Laura López

Fundadora de Somosuno Escuela

*Comprometida con el crecimiento
personal y espiritual.*

Mi motivación para estar hoy aquí acompañándote se centra en poder compartir contigo las distintas herramientas y prácticas que para mí han sido mi salvación, dando paso a mi verdadera transformación personal.

Desde que tengo memoria, mi curiosidad siempre ha estado relacionada con comprender y dar sentido a mi vida. Una profunda búsqueda de querer entender el para qué de la existencia humana, una gran insatisfacción con el mundo y la sociedad que me rodeaban, me motivaron a explorar, llevando a cabo numerosos viajes, indagando en la expansión de mi consciencia.

He acompañado durante más de 15 años a personas y grupos desde la rama psicosocial. Con 29 años, mi cuerpo me paró; la enfermedad y un diagnóstico demoledor me hicieron cambiar por completo algunos hábitos, rompiendo con todo y con todos, comenzando así mi camino de autosanación. Fueron muchos años y mucho dinero invertido en mí. Conseguí curarme de esa “enfermedad” que me paralizó y entender el para qué llegó.

La calidad de mi trabajo se basa en mi propia experiencia a través de la búsqueda de mi ser, de la indagación y formación constante, profundizando en estados expansivos de consciencia y sus grandes beneficios. Te voy a compartir mis grandes aliadas en forma de herramientas, que para mí han sido mi guía y canal de transformación.

Quiero que entiendas que cada situación en tu vida ha estado ahí para ayudarte. Quiero que logres abrazar cada parte de tu vida, consiguiendo abrazar tu “oscuridad”, ya que ese es el inicio de la transformación y del verdadero amor, el amor propio. Quiero que apuestes por ti, por tus sueños y objetivos tanto personales como profesionales.



MIGUEL PÉREZ

**MENTOR Y CO-FUNDADOR DE
LA ESCUELA SOMOSUNO
DIRECTOR DE SOMOSUNO
ADICCIONES**

Mi motivación para estar hoy aquí es mi propia historia personal. Hoy soy padre, hijo, hermano y compañero consciente, pero no siempre fue así.

Pasé más de media vida en una continua huida hacia adelante.

Dentro de mí habitaba un profundo malestar, un profundo dolor que ni siquiera yo conocía.

Mi forma de no entrar en contacto con ese dolor fue refugiarme en una vida llena de excesos, lo que desencadenó un fuerte proceso de adicción.

Es a partir de entrar en contacto con la psicoterapia cuando consigo poner orden en mi cabeza e identifico cuáles son mis heridas y traumas que provocaron durante años malestar y desconexión, llevándome a una vida que giraba en torno a la adicción.

Pero lo que realmente cambió mi vida por completo fue el hecho de entrar en contacto con mi cuerpo físico y energético, explorando estados no ordinarios de conciencia mediante la respiración, la activación de la energía y prácticas transpersonales. Poder sentir en mi propio cuerpo cómo esas heridas y traumas bloqueaban mi verdadera esencia lo cambió todo.

Me formé como consejero en adicciones y facilitador de espacios de liberación somática y energética. Actualmente acompaño a personas en sus propios procesos de transformación, desde la coherencia, el amor y el más absoluto respeto.

Yo, como tú, también estuve allí.

Tu historia no te define.

Tu historia no te limita.

Tu historia te humaniza.



ERIC BERMAN

VISUAL STORYTELLER - CREADOR Y DISEÑO DE MARCAS

Fotógrafo, videógrafo profesional y gestor de marcas (Brand Planner). Graduado en Comunicación Audiovisual en Barcelona y con un máster en Branding y Social Media. En la escuela somosuno, soy la persona encargada de hacer que el mundo vea vuestros procesos de transformación a través de imágenes y videos, todos ellos desde el máximo respeto por cada uno de vosotros.

Como profesional de Branding y Social Media, te enseñaré las claves sobre el branding, la marca personal y las redes sociales con el objetivo de que puedas impulsar tu profesión.

Si hoy estoy aquí es porque un día decidí creer en mí y en mi pasión; hoy quiero inspirarte para que tú también lo hagas.



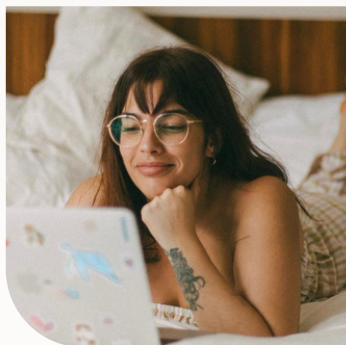
JON DEL VAS

PNEUMOFONISTA Y MENTOR ESCUELA SOMOSUNO

*TRABAJO LIBERACIÓN DE VOZ.
DIAFRAGMA Y EMOCIÓN*

Hace 13 años que soy profesor de técnica vocal y he creado mi propio Método “VAS”: Voz, Aliento y Silencio. Con 25 años conocí al maestro de voz Serge Wilfart y me entregué del todo al estudio de la mecánica corporal, respiratoria y vocal.

Mi nombre es Jon del Vas, y desde hace más de 20 años me dedico a liberar la voz de las personas. Mi trabajo consiste en poner a la persona frente al muro de sus tensiones, y a través de un trabajo respiratorio, vocal y corporal, hacer caer el centro de gravedad al hara (centro del vientre). Una vez esto ocurre, una voz profunda se libera, reconstruyendo a la persona en su plena verticalidad. Ofrezco talleres en diversas ciudades en España y Europa, ayudando a liberar bloqueos a través de la propia voz, entendiéndola como un fenómeno global y una herramienta de poder accesible para todo ser humano.



MEL - OCEANOSASTRAL

DISEÑO HUMANO

Acompaño a humanxs a recordar quiénes son antes de intentar encajar, para construir negocios y vínculos más honestos, orgánicos y expansivos. Mi enfoque combina Human Design y herramientas somáticas para que dejen de forzarse a seguir fórmulas y se atrevan a brillar desde su energía real.

Soy Proyectora 5/1 con Autoridad Emocional, y sé que no vinimos a hacer más, sino a hacerlo diferente. A través de sesiones individuales, masterclasses y espacios de exploración creativa, abro portales de claridad y conexión con la voz única de cada persona.

El mundo no necesita otro clon: necesita tu verdad sin filtro.



ARACELI CANTERO

TERAPEUTA CORPORAL

Mi motivación para hoy estar aquí es mi propia búsqueda e indagación personal. Durante años me escondí en el hacer para no sentir; hoy elijo la escucha, la presencia y el cuerpo como territorio sagrado de transformación.

Soy Terapeuta Corporal Integrativa y acompaño a grupos y alumnos en formación.

Mi búsqueda constante por seguir profundizando en mi crecimiento personal y como profesional me llevó a formarme en distintas áreas. Principalmente, me he especializado en psicoterapia corporal, Descodificación Biológica, Constelaciones familiares, Breathwork y Activación de energía.

Cada disciplina me ha ofrecido distintas herramientas para abordar el camino de la transformación personal a través del estudio del cuerpo en todas sus dimensiones.

INVERSIÓN



Formación única en España

Beneficios exclusivos

- Certificación como Expert@ en técnicas de liberación emocional, somáticas y energéticas. Diploma y manual acreditativo.
- Doble capacitación. Facilitador Breathwork y Facilitador movilización energía.
- Formar parte de nuestra comunidad: una red exclusiva de facilitadores a nivel mundial cada vez mas demandada.
- Acceder a contenido exclusivo para los alumnos de somosuno escuela, tanto a nivel formativo como en últimas innovaciones tecnológicas para crear eventos de alto impacto.

El valor de esta capacitación es de 3.400 euros. Sin embargo, solo para las primeras 5 plazas, ofrecemos una oportunidad única: un precio especial de 2.900 euros.

Esta tarifa reducida refleja nuestro compromiso de ayudar a transformar tus vidas, invirtiendo y creyendo en ti, en tu futuro y en tu crecimiento.

No dejes pasar la oportunidad de transformar tu vida y potenciar tu carrera a un precio que no volverás a encontrar te aseguramos que solo es para las primeras 5 reservas.

¡Inscríbete ahora y da el primer paso hacia un futuro lleno de crecimiento y éxito!

—●— SUPER PROMO —●—

Antes: 3.400€

Ahora: 2.900€

DESCUENTO EXCLUSIVO SOLO PARA LAS **5 PRIMERAS PLAZAS**.

Es posible pagar a plazos en cuotas mensuales desde el momento de la inscripción hasta el mismo mes de la formación.

Plazas limitadas.

SOLICITUD E INSCRIPCIÓN

PLAZAS LIMITADAS Y EXCLUSIVAS

Nuestro propósito es garantizar un acompañamiento personalizado y profundo para cada participante de la formación, por esa razón **las plazas son limitadas.**

La escuela se reserva un criterio de selección que asegure que todos los participantes estén alineados con los valores de somosuno escuela.

Si crees que este es tu lugar para expandir tus conocimientos y transformar tu vida tanto personal como laboral este es tu momento, no dudes más y escríbenos, nosotros como tu también hemos estado en tu lugar por lo que queremos ayudarte a que des un giro de 180° a tu vida

Quiero aplicar



Escríbenos por whatsapp y resuelve tus dudas al instante.



WhatsApp



Nuestro equipo se pondrá en contacto contigo y resolverá todas tus dudas. Agenda hoy mismo y accede directamente al valor promocional para las 5 primeras reservas.