



Nerea Panera

Diseño Experiencias de Wellness

Servicios personalizados diseñados
para particulares y empresas.



@nereapanera

Nerea Panera

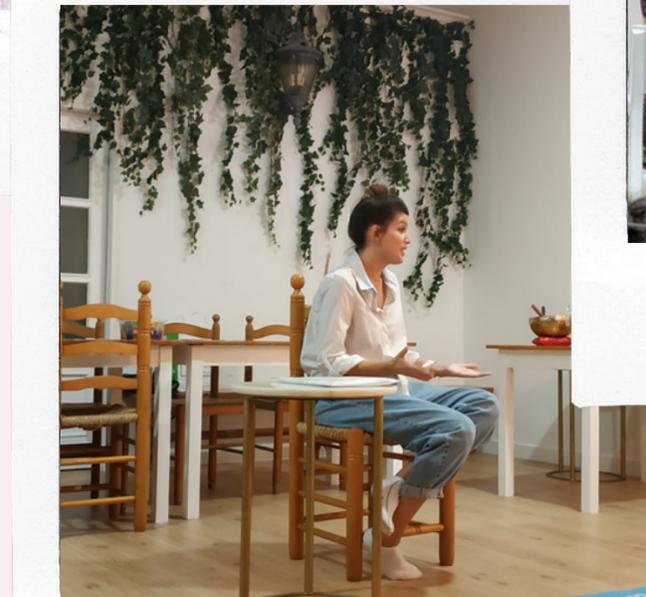
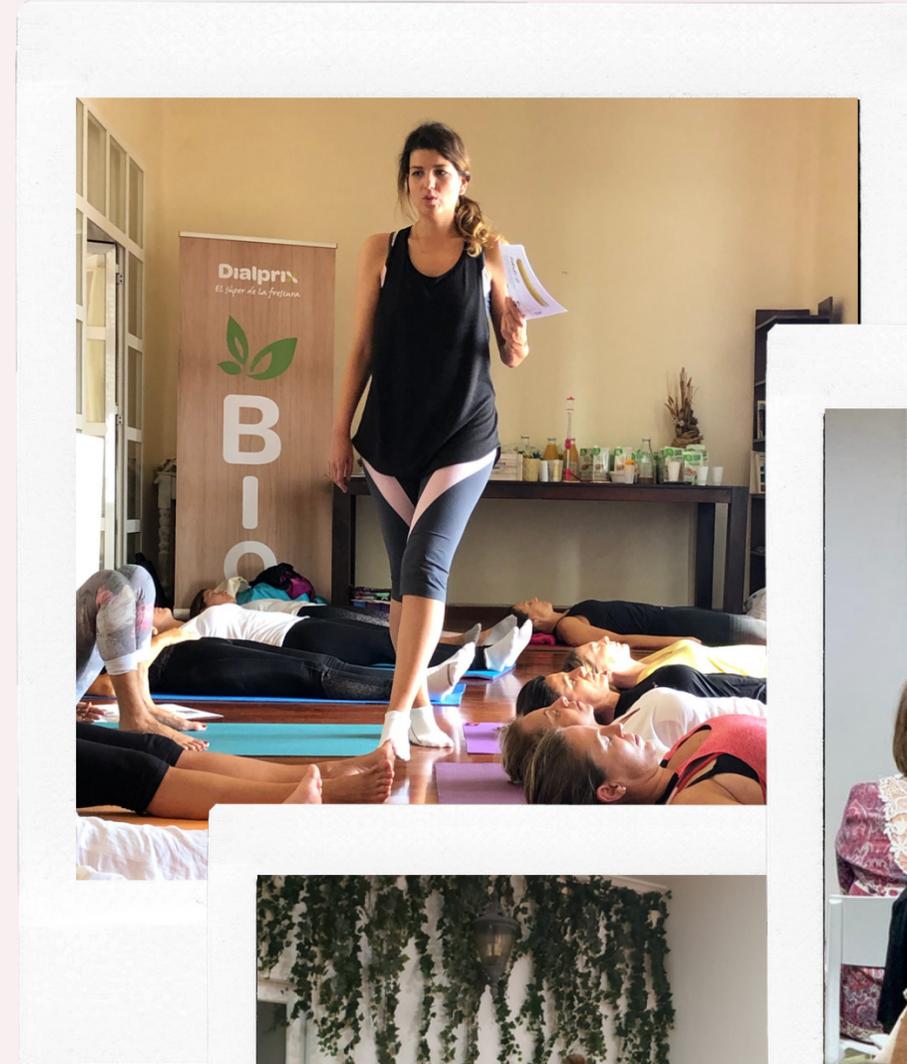
BIENESTAR HOLÍSTICO Y EMPODERAMIENTO

Experiencia profesional

Mentora en mejora de la salud, aumento del bienestar personal y del empoderamiento femenino.

Tengo más de 5 años cómo profesional independiente diseñando experiencias de wellness que potencian el auto-liderazgo y auto-cuidado personal para mejorar la autoestima de las personas y que se encuentren mejor.

Me he formado en diferentes técnicas entre ellas mindfulness y gestión del estrés con el Dr. Mario Alonso Puig y en lifting facial japonés, shiatsu y reflexología en la escuela de Lone Sorensen en Holanda. Soy miembro también de la federación española de Reiki.



Nerea Panera

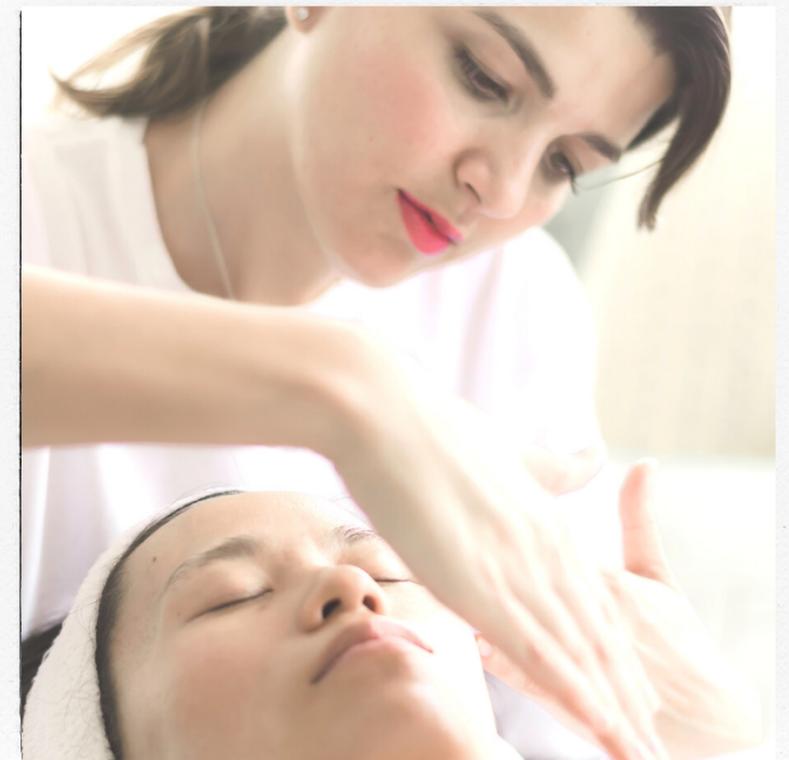
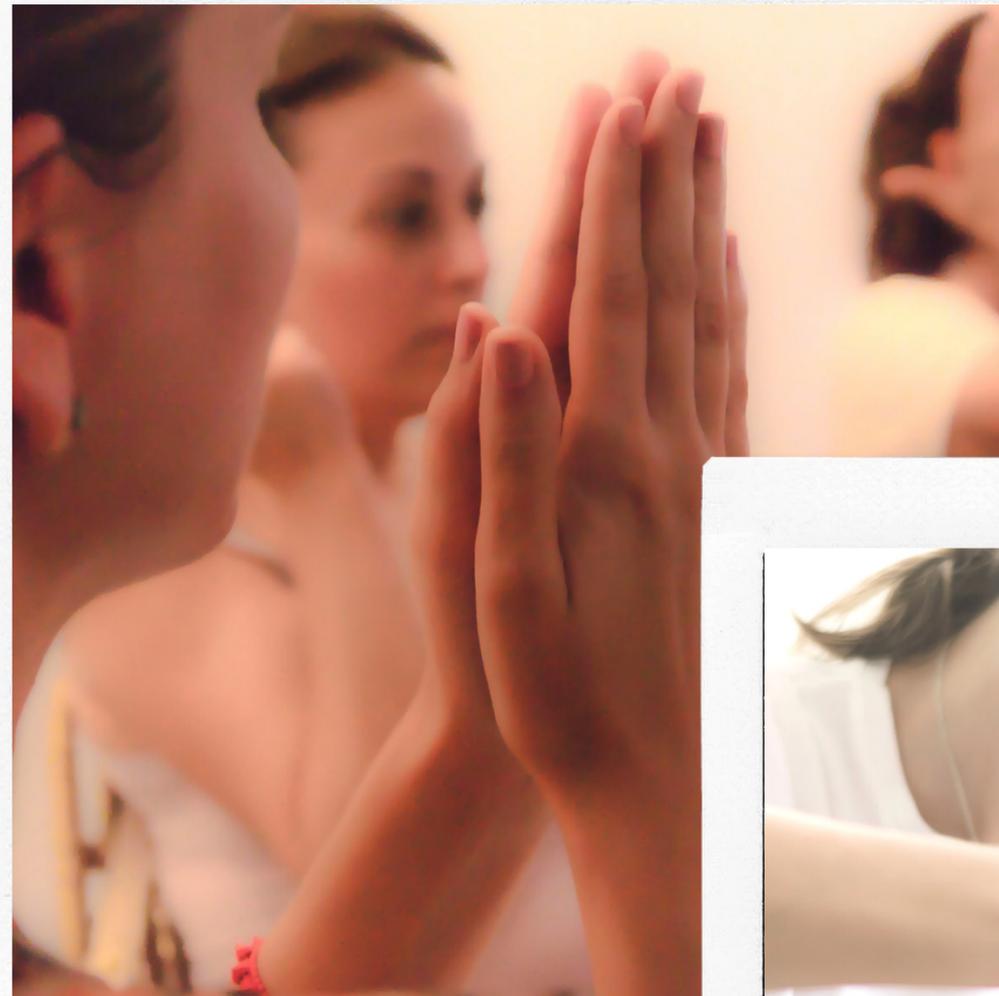
BIENESTAR HOLÍSTICO Y EMPODERAMIENTO

Servicios para particulares y empresas

"por y para las personas":

- Yin yoga
- Reiki
- Mindfulness
- Meditación
- Reflexología facial
- Shiatsu
- Masaje facial japonés en cabina
- Retiros bienestar y empoderamiento en entornos naturales

Vivir
mejor



Rural Spain, Alicante VALL DE GALLINERA

Nuevo proyecto: **Retiros Sagrados Corazón Abierto**

Retiros de bienestar, liderazgo
y empoderamiento femenino.

- Conexiones auténticas: con la Naturaleza y con más mujeres.
- Descubrir Alicante Rural.
- Grupos pequeños en @_casanicole
- Potenciar bienestar, liderazgo personal, empoderamiento y sobre todo DIS-FRU-TAR!

Más info  @nereapanera



Un proyecto de co-creación con

@anagilfedder y @_casanicole



Nerea Panera

Mentora del Bienestar Holístico y del Empoderamiento Femenino.

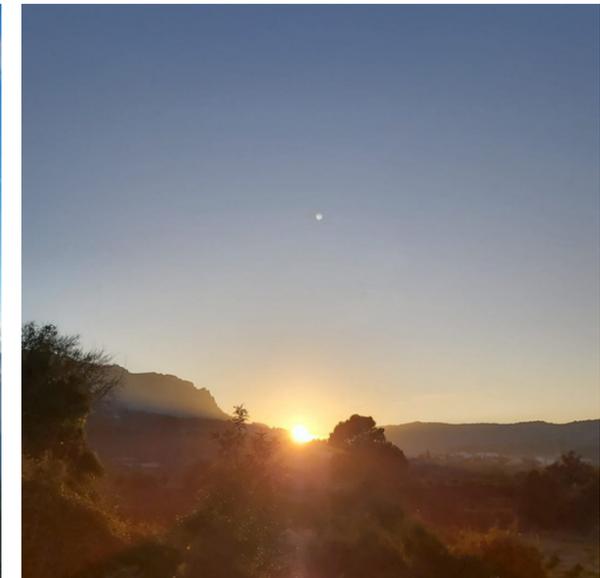
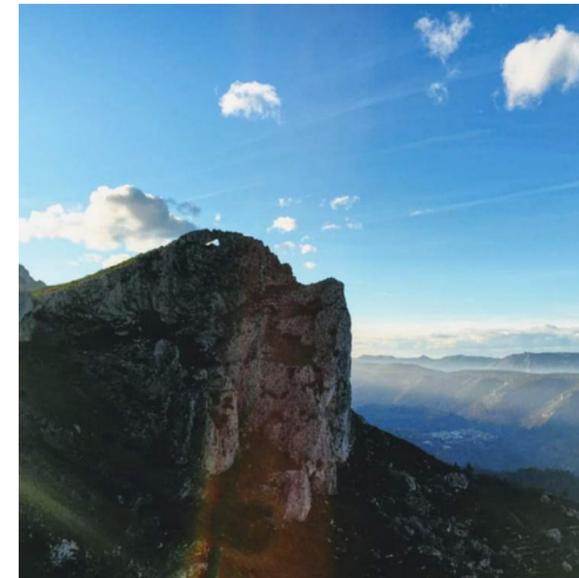
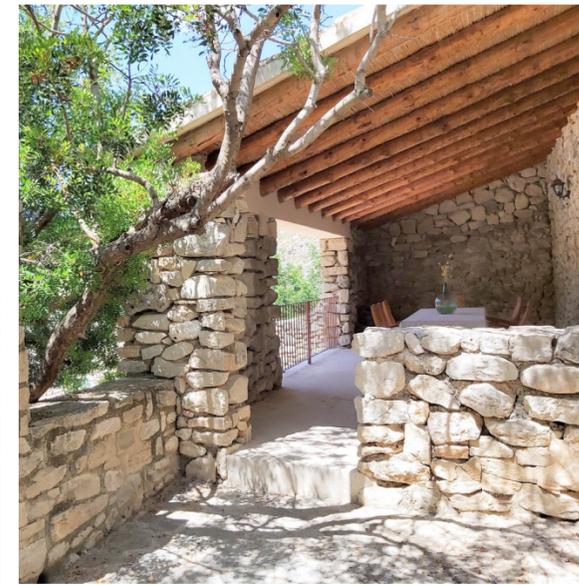
@nereapanera



Ana Gilfedder

Arqueóloga del Alma Femenina y Anfitriona en @_casanicole.

@anagilfedder



En un lugar mágico: **Vall de la Gallinera**

En las montañas de Alicante y
a 21 km. de la playa de Oliva.

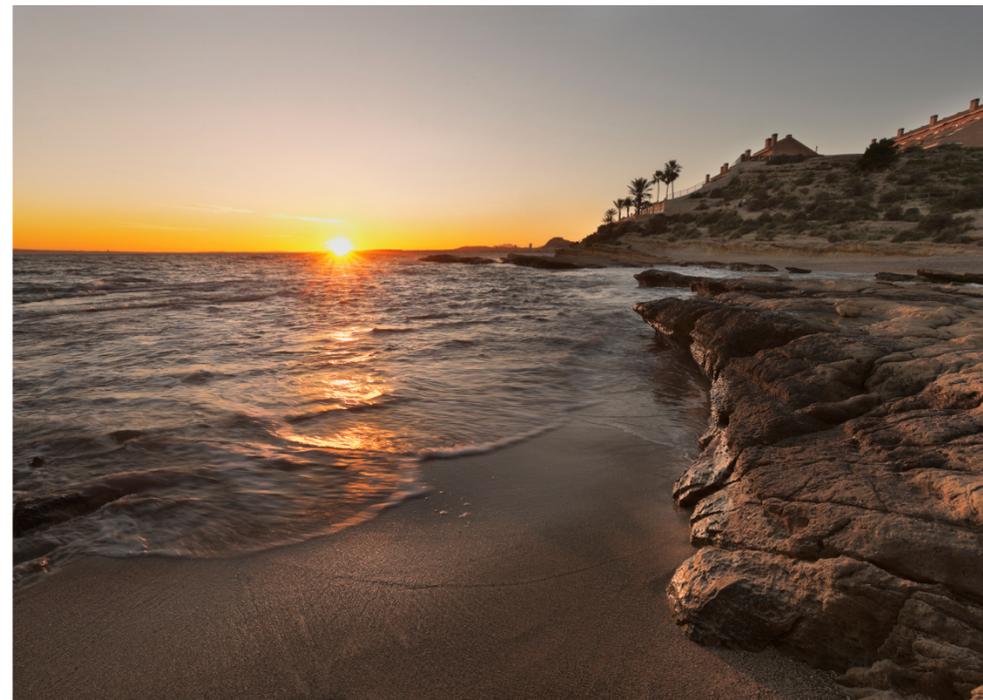
- Este histórico y bello rinconcito de nuestra geografía está conformado por 8 pueblecitos con encanto.
- Es conocido entre otras cosas por sus rutas de senderismo, los cerezos que tapizan las laderas de sus montañas y un fenómeno astronómico en Peña La Forada (alineación solar)



Turismo personalizado **de bienestar**

Entornos al aire libre, grupos pequeños y enclaves bellos naturales.

- Descubrir y disfrutar el territorio de la Comunidad Valenciana.
- Luz, naturaleza, entornos que conservan su identidad.
- Gastronomía de comercio local.



Más info



@nereapanera

Medidas COVID

- Grupos máx. 10 personas
- Actividades al aire libre
- Alojamiento espacioso
- Medidas higiene y limpieza acorde al COVID
- Posibilidad de reserva inmediata
- Flexibilidad cancelación acorde a la ley del COVID



Más info



@nereapanera

Nerea Panera

BIENESTAR HOLÍSTICO Y EMPODERAMIENTO



*Muchas
Gracias*



@nereapanera

www.nereapanera.com