

# GLOBAL WELLNESS DAY



## SAN MIGUEL DE ALLENDE

SÁBADO 10 DE JUNIO

10:00 am

CONFERENCIA MAGISTRAL



10:15 am

MEGA CLASE DE ZUMBA CON CESAR ESPINOSA

Instructor Certificado Zumba(R) desde el 2006 y certificado en varias especialidades de zumba(R) así como otras modalidades como TRX, REBOUNDER, FUNCTIONAL TRAINING y estar certificado en ACE ,ademas soy un Zumba(R) Jammer desde el 2012, cuento con las habilidades y herramientas necesarias para hacer de tu clase, una clase divertida y un entrenamiento efectivo en donde veras los resultados rápidamente, expositor internacional, bailarín, coreógrafo pero sobre todo un ser con mucha calidad humana. Presentador en el Zumba(R) convention de Orlando 2012 y lanzándome a la aventura dando clases por algunos países de Europa como Holanda, Alemania, Bélgica y otros tantos en Estados Unidos.



11:15 am

THE POWER OF CALISTHENICS CON HIT RICHARDS

HIT Richards es un Entrenador Personal del Nueva York con 15 certificaciones internacionales en entrenamiento personal. Con una verdadera pasión por el Fitness y un intenso empuje por triunfar, HIT tiene la firme convicción de que la combinación de la determinación, la dedicación y la disciplina son la clave del éxito en el fitness y en la vida.

HIT impartirá dos clases: "Fat-Burning Cardio Calisthenics y Killer Abs". Estas clases consistiran en ejercicios estrictamente de calistenia, lo cual son ejercicios y movimiento con tu propio peso corporal.



1:00 pm

### MEGA CLASE DE SPINNING CON LUIS NOGUER

Director de KEISER para Latino América y Master Trainer Internacional de gran prestigio y reconocimiento. Experiencia de 20 años en KEISER impartiendo master clases, formaciones, conferencias y seminarios en los eventos mas importante y prestigiosos del mundo.

Ha presentado sus trabajos en gran cantidad de países por America, Asia y Eyropa y ha recibido en varias ocasiones el premio al mejor presentador internacional del año.

2:30 pm

### FIRMA DE LIBRO "CALISTENIA: LA NUEVA ERA DEL FITNESS"



4:00 pm

### MEGA CLASE DE YOGA CON ALEJANDRO TREJO

Maestro de Yoga certificado por la Yoga Alliance RYT-500 en Rishikesh, India. Cuenta con 5 años de experiencia compartiendo clases y talleres de Yoga en distintas ciudades de la Republica Mexicana. Reiki Master y terapeuta de sonido con instrumentos. Organizador y director del festival Inlakéch/Detox y director en ATMA Yoga Retreats.



5:30 pm

### MEDITACIÓN SONORA CON MARIO MICHELENA

Terapeuta de sonido y profesor de Yoga. Creador del mágico instrumento Ahau Drum. Forma parte de un proyecto llamado Bendiciones Sonoras donde se comparten círculos de meditación con sonido y talleres de Sonoterapia utilizando el sonido como medicina y medio de conexión.

Ha participado en festivales internacionales como Wanderlust en Guadalajara y Boom Festival en Portugal y Ozora en Hungría.



6:00 pm

### CEREMONIA DE CIERRE GRUPO MUSICAL

Amayama propone un saludo a la nueva era. Un concierto / espectáculo donde se fusionan mantras con danzas energéticas y sonidos naturales al ritmo del dance, hip-hop, electrónica experimental y visuales. Ambientes orgánicos combinados con secuencias dance y melodías orientales con toques flamencos que crean una agradable y única experiencia musical.