Nuralquimia

la energía vital que sana y transforma desde el Ser

RESET VITAL

Cierre de ciclo · Sembrar lo nuevo

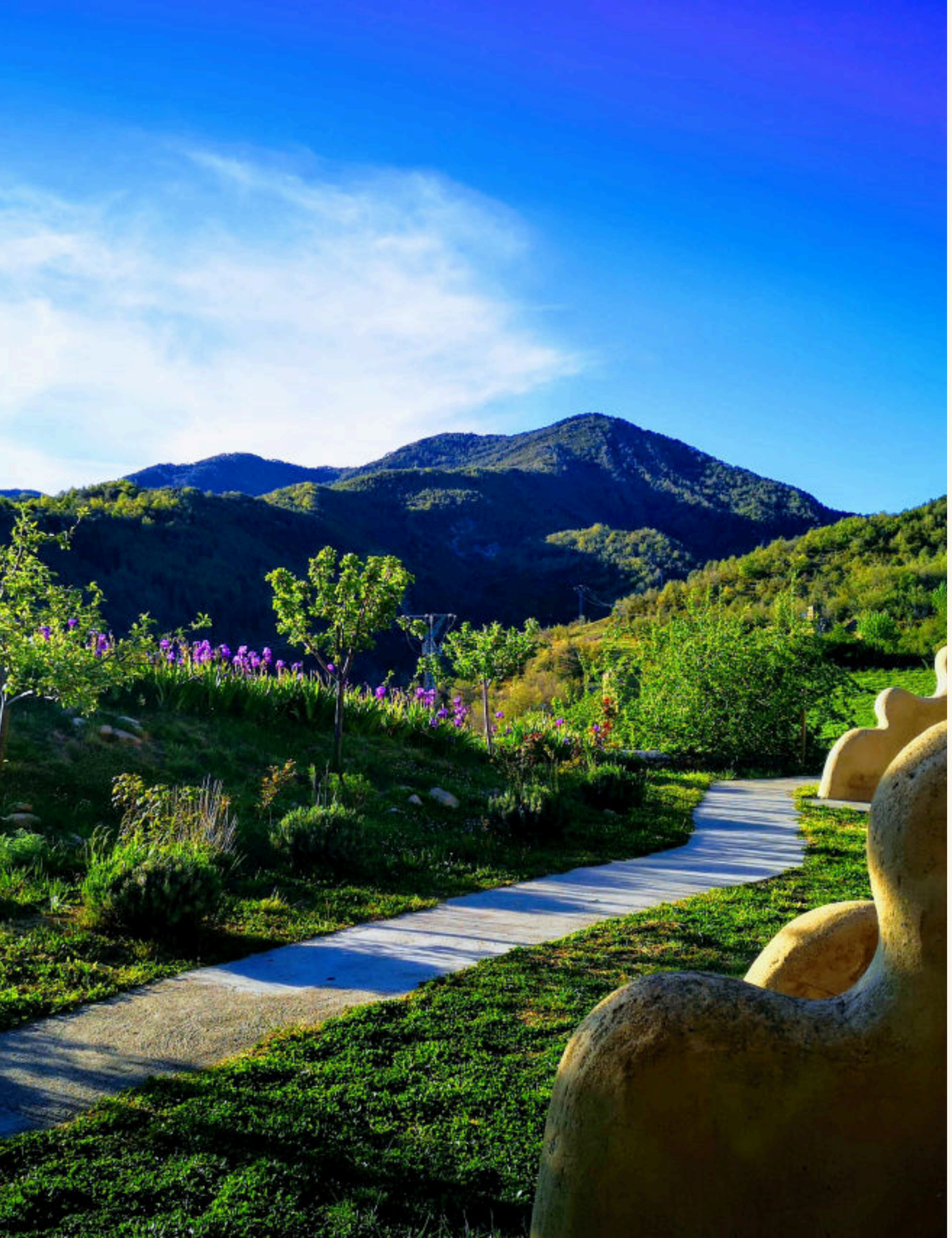
Un retiro para soltar, depurar y abrir espacio
a la vida que quieres crear

5 al 7 de diciembre de 2026

La Bardana · Gillué (Huesca)

NATURALEZA · NUTRICIÓN · ALQUIMIA · TRANSFORMACIÓN





El Retiro

RESET VITAL es una invitación a detenerte, sentir y volver a ti. Un espacio para recuperar tu energía vital, encontrar claridad y escuchar la **Voz de tu Alma**.

Si te sientes agotada de sostenerlo todo, vives en piloto automático o no sabes cuál es tu siguiente paso, aquí podrás descansar y escuchar lo que necesitas.

El **cambio no es cuestión de falta de voluntad**. Necesitamos energía vital para avanzar, claridad para elegir y un propósito que nos inspire.

Entre silencios, meditaciones canalizadas y pucheros, habrá tiempo para retirarte y compartir, para llorar, reír, cocinar y bailar.

Nos acompañará la presencia amorosa de la **Maestra María Magdalena**, ayudándonos a anclar la energía del **amor incondicional** en nuestros hábitos cotidianos.

Exploraremos emociones, creencias y patrones que dificultan el cambio, abriendo espacio para una vida más auténtica y amorosa.

Energía para avanzar. Claridad para elegir. Propósito para vivir.



Nuestra propuesta

Conocer y comprender qué necesita nuestro cuerpo, así como los patrones emocionales que sostienen nuestro día a día, es esencial para encontrar el verdadero camino de la salud.

Sin embargo, en la vida diaria, uno de los mayores obstáculos para sanar y avanzar es la cantidad de estímulos que nos rodean. Necesitamos **espacios de silencio y de calma** para escucharnos, y así, **adquirir e integrar nuevos hábitos** que nos dirijan hacia una vida con sentido.

Retirarse es una de las prácticas más antiguas utilizadas con el objetivo de recuperar la salud, la energía y la fuerza vital.

Este retiro es único, porque combina el proceso **individual** de cada persona con la **fuerza del grupo** como herramienta de conexión, desde una mirada holística e integrativa.

Te proponemos un viaje de autoconocimiento que transformará tu relación contigo mism@, ayudándote a priorizar tu autocuidado, a tomar decisiones desde el **Amor Incondicional**, y a comprender que **eres lo más importante de tu vida**.



¿Qué incluye el retiro?

- Consulta previa individual de **30 minutos** con **Nuria Martínez** para conocer tu momento vital y personalizar la experiencia según tus necesidades. Tú marcas el ritmo y los objetivos.
- 3 días y 2 noches de alojamiento en la Bardana, incluyendo pensión completa: desayuno, comida y cena.
- Taller vivencial: **“Alquimia culinaria”**
- Protocolo de **“Detox bioenergético y desparasitación natural”**, para limpiar, armonizar y potenciar tu energía vital y tu claridad mental.
- Sauna natural.
- Caminatas conscientes (Baños de bosque).
- Sesiones diarias de reconexión con el cuerpo.
- Regalo: **“MasterClass: Nutrición para elevar tu energía vital”.**
- Y muchas cosas mas...

Lugar

Crearemos un espacio seguro y amoroso donde podrás tomar tiempo de conexión contigo mism@ en un lugar idílico, con una energía mágica y muy especial, **La Bardana, en Gillué (Huesca)**, en plena naturaleza y lejos del ritmo frenético, que nos permite descansar y ampliar la perspectiva.





¿Quién es Nuria Martínez?

INGENIERA Y NUTRICIONISTA BIOENERGÉTICA
Creadora del Método Reset Vital para recuperar la salud

Durante más de 20 años trabajé como **Ingeniera en Química y Toxicología Industrial**, viviendo desde la mente racional, el esfuerzo y el sacrificio. Sin embargo, algo en mí no terminaba de encajar.

Desde la adolescencia convivía con un trastorno alimentario y una diabetes tipo II que la medicina convencional consideraba crónica, hereditaria e irreversible. Me decían que dependería de medicación de por vida. Pero como Ingeniera sabía que todo problema tiene solución. **Busqué, investigué, estudié... y sané.**

Estudié **Nutrición para salvarme a mí misma**, y pronto entendí que ese camino no era solo mío. Quise compartir lo aprendido con quienes sienten que han olvidado cómo cuidarse y habitar su cuerpo con amor.

Hoy integro mi formación científica, mi experiencia personal y mi profunda conexión espiritual para acompañar **a personas en procesos de cambio, enfermedad o transformación vital.**

https://nuriamartinezlopez.com ; IG: **@nuria_martinez_lopez**



Talleres de nutrición bioenergética y alquimia culinaria

“Aprende a preparar platos sencillos y a convertir la cocina en un acto de amor y cuidado”.

- Cocinarás propuestas completas de **desayuno, comida y cena**, para que, tras la práctica, puedas integrarlas fácilmente en tu día a día.
- Descubrirás que la alimentación saludable, personalizada y acompañada de **“técnicas culinarias”** fáciles, puede ser una experiencia profundamente **sanadora y ¡deliciosa!**
- Prepararemos **platos sabrosos** y **postres sin azúcar** que nutrirán tu cuerpo físico, mental y emocional.
- También aprenderás recetas medicinales y técnicas para:

🌿 Desintoxicar el organismo: tóxicos, radiación, metales pesados, microorganismos (parásitos, cándidas, etc).
🔥 Reducir la inflamación.
🛡️ Potenciar el sistema inmunitario.
🌸 Mejorar tu microbiota intestinal.



Precios

El precio del Retiro es de **444 €**.

Para formalizar la reserva:

- Ingresar 50 **€** a nombre de 2010 SERVICIO DE PREVENCIÓN, S.COOP.
- Nº cta: ES17 2085 8338 5803 3008 7037 (IBERCAJA)
- Concepto: Nombre y apellidos + Reset Vital Huesca Diciembre 26
- El resto se abonará a la llegada en metálico.

** La entrada será el sábado día 7 a las 10:00 y la salida será el lunes día 7 a las 13:00. Para otras opciones de estancia, consultar.

** Para las personas que vienen de fuera de Gillué, está la opción de dormir, cenar y desayunar la noche de antes y la noche de después en el lugar. Consultar opciones.



Reservas

Este no es un retiro más, es un punto de inflexión.

Las plazas son **muy limitadas** a un grupo muy reducido. Así podemos garantizar la atención personalizada, tanto a nivel individual como grupal.

Se pueden reservar otros tratamientos opcionales (previa petición)

- Consulta de Nutrición Energética Personalizada.
- Sesión de Bioenergética y Biomagnetismo.

Si sientes que este retiro es para ti, reserva tu plaza ahora y prepárate para vivir la experiencia que cambiará tu vida.

Si deseas inscribirte o necesitas más información, escríbenos al **660296883** o envíanos un correo a **info@nuriamartinezlopez.com**