# ZONA DE ACTIVIDADES

## VIERNES 20

12:00 - 13:00
Taller teórico-práctico de 1º auxilios y reanimación cardio-pulmonar
Daniel Acosta Díaz/ Alejandro Mederos León, TRANSP. AÉREOS SAN ISLEÑOS

16:00 - 17:00
Hatha Yoga: Conectándo con tu ser interior
Ana Marrero, AZKA - CENTRO TERAPÉUTICO DE ENRI-CRECIMIENTO PERSONAL

17:00 - 18:00
Alimentación consciente, meditación y yoga para todas las personas
Davinia Herrera Pérez, MERVAL

18:00 - 19:00
Clase de yoga antiguo
Simón Gardés, CEP SANTA CRUZ

19:00 - 20:00
Concierto Músicas del Mundo y Yoga
ASOCIACIÓN SAHAYA YOGA

## SÁBADO 21

11:00 - 12:00
Alimentación consciente, meditación y yoga para todas las personas
Davinia Herrera Pérez, MERVAL

12:00 - 13:00
Taller teórico-práctico de 1º auxilios y reanimación cardio-pulmonar
Daniel Acosta Díaz/ Alejandro Mederos León, TRANSP. AÉREOS SAN ISLEÑOS

13:00 - 14:00
Pi hen zhi lu - el camino al equilibrio
Miren Karmele Elguea, ATLANTARIA

14:00 - 15:00
Masterclass de Pilates: Entrenamiento en estiramientos
Enrique Guerra, AZKA - CENTRO TERAPÉUTICO DE ENRI-CRECIMIENTO PERSONAL

16:00 - 17:00
Aromagemoterapia, el poder cosmético de los aceites esenciales y las gemas
Jorge García Duarte, ALMASÍA NATURAL HEALTH

17:00 - 18:00
Automasaje para equilibrar Cuerpo y Mente
Alain Bourguignon, ATLANTARIA

18:00 - 19:00
Clase de entrenamiento funcional
Angela Nicole Rossi, CEP SANTA CRUZ

19:00 - 20:00
Concierto Músicas del Mundo y Yoga
ASOCIACIÓN SAHAYA YOGA

## DOMINGO 22

11:00 - 12:00
Descubre cómo la Aromaterapia beneficiará tu Salud
Sonia Lorenzo Suárez, ATLANTARIA

12:00 - 13:00
Taller teórico-práctico de 1º auxilios y reanimación cardio-pulmonar
Daniel Acosta Díaz/ Alejandro Mederos León, TRANSP. AÉREOS SAN ISLEÑOS

13:00 - 14:00
Taller de Tai Chi estilo Chen
Miren Karmele Elguea, ATLANTARIA

16:00 - 17:00
Alimentación consciente, meditación y yoga para todas las personas
Davinia Herrera Pérez, MERVAL

17:00 - 18:00
Clase de Qi Gong: Ejercicios para restablecer la salud y el equilibrio de la energía
Javier López, AZKA - CENTRO TERAPÉUTICO DE ENRI-CRECIMIENTO PERSONAL

18:00 - 19:00
Taller de Estética Facial: Cómo conseguir la mejor versión de tu piel
Yolanda López, AZKA - CENTRO TERAPÉUTICO DE ENRI-CRECIMIENTO PERSONAL

19:00 - 20:00
Concierto Músicas del Mundo y Yoga
ASOCIACIÓN SAHAYA YOGA

# TALLER DE COCINA

## VIERNES 20

17:00 - 18:00
Cocina con las verduras del mar. Descubre cómo incorporar las algas en tu alimentación
Nerea de la Torre, MERVAL

18:00 - 19:00
Cocina Vegana
Mª Victoria Morato, SERVICAN

19:00 - 20:00
¿Cansada de los postres de siempre? Bienvenida al mundo de los postres veganos
Samelo Veg, MERVAL

## SÁBADO 21

11:00 - 12:00
Los beneficios de la cocina vegetariana
Josefina Montero, VITAESENTIA - SALADMASTER

12:00 - 13:00
Texturas vegetales con sabor a mar
Javier Hernández García, VEGESAN

13:00 - 14:00
My Love My Life. Meriendas y desayunos sin lacteos
Mª Remedios Armas Hernández, BIOCAÑAÑA

14:00 - 15:00
Cocina Saludable Gourmet
Yaiza Herrera Alonso, VITAESENTIA - SALADMASTER

16:00 - 17:00
Cocinando con Superalimentos
Nerea de la Torre, SAYBIC DISTRIBUCIONES

17:00 - 18:00
Las cremas y sopas frías de La Verdulería
Maren Jesús San Vicente Hassaniess, ONBLU SOLUCIONES

18:00 - 19:00
Cocina Japonesa Saludable
Midori Goto, SERVICAN

## DOMINGO 22

11:00 - 12:00
Descubriendo las carnes vegetales
Iván Iglesias, VEGESAN

12:00 - 13:00
Smoothies con granizado de frutas frescas
Maren Jesús San Vicente Hassanies, ONBLU SOLUCIONES

13:00 - 14:00
Allí dónde hay amor hay vida (Ghandi): Yogures de coco y almendra
Mª Remedios Armas Hernández, BIOCAÑAÑA

16:00 - 17:00
¿Qué es comer saludable?
Viviana Alicia Neder Kulchinsky, VITAESENTIA - SALADMASTER

17:00 - 18:00
Setas y espirulina, alimentos del futuro
Margarita Arántzazu Hdez Sabina/ Eduardo López Dorta/ Paula Rivero Rodríguez, BIONATURING

# NATURA SALUD

## CUÍDATE MEJOR

20-22 de SEPTIEMBRE

cajasiete

RECINTO FERIAL TENERIFE

CABILDO DE TENERIFE

RECINTOFERIALDETENERIFE.COM

# SALAS DE CONFERENCIAS

## VIERNES 20

12:00 - 13:00 SALA 1
Nacemos alcalinos y vivimos ácido
Fran Candelario, KANGEN CANARIAS - CENTROS ENERVIDA

13:00 - 14:00 SALA 1
Descubriendo el código de salud propio
David Wehbe, AZKA - CENTRO TERAPÉUTICO DE ENRI-CRECIMIENTO PERSONAL

16:00 - 17:00 SALA 1
El trabajo de los arquetipos femeninos con terapia floral
Miren Karmele Elguea, ATLANTARIA

16:00 - 17:00 SALA 2
¿Vivir sin comer o comer sin vivir? Alimentación Pránica
Xavier Galván, CENTROS ENERVIDA - KANGEN CANARIAS

17:00 - 18:00 SALA 1
Musicoterapia y realización del ser con el músico francés Jesse Cool
ASOCIACIÓN SAHAJA YOGA

17:00 - 18:00 SALA 2
Importancia de los aminoácidos en la recuperación muscular post esfuerzo
Helio Méndez, DISTRIFARMA

18:00 - 19:00 SALA 1
Hidrógeno Molecular: El agua hidrogenada y su acción antioxidante
Sergio Blanco Reyes, ONBLU SOLUCIONES

18:00 - 19:00 SALA 2
Terapia del Triángulo Neuroenergético: Una mente regulada, calmada y clara es el acto más terapéutico que existe
Pablo Pérez Sonseca / Maite Echevarría Grassa, SABINATURA

19:00 - 20:00 SALA 1
Movimiento Inteligente: Cómo la postura afecta y disminuye los niveles de energía
Omar Delgado, SERVICAN

19:00 - 20:00 SALA 2
La ansiedad en la Medicina China
Alain Bourguignon, ATLANTARIA

## SÁBADO 21

11:00 - 12:00 SALA 1
¿Quieres aprender a cultivar germinados en casa? Descubre cómo pueden mejorar tu vida y tu salud
Irene Balazone, MERVAL

11:00 - 12:00 SALA 2
Innovación para la memoria y las habilidades cognitivas. Descubre los nuevos Nootrópicos clínicamente testados
Juan Serrano Gandía, DIETÉTICOS INTERSA

12:00 - 13:00 SALA 1
Fundamentos básicos del vendaje neuromuscular "Kinesiotaping"
Omar Delgado, SERVICAN

12:00 - 13:00 SALA 2
Salud Intestinal, protagonismo simbiótico y sinergias de la fitoterapia
Helio Méndez, DISTRIFARMA

13:00 - 14:00 SALA 1
El agua hidrogenada y algunos estudios en el ámbito de la salud
Sergio Blanco Reyes, ONBLU SOLUCIONES

13:00 - 14:00 SALA 2
Somos lo que comemos
Diego Delgado, BIOMERKALIA

14:00 - 15:00 SALA 1
¿Por qué la Aromaterapia aporta bienestar físico, mental y emocional?
Sonia Lorenzo Suárez, ATLANTARIA

14:00 - 15:00 SALA 2
Terapia del Triángulo Neuroenergético: Una mente regulada, calmada y clara es el acto más terapéutico que existe
Pablo Pérez Sonseca / Maite Echevarría Grassa, SABINATURA

16:00 - 17:00 SALA 1
Utensilios de cocina, Repercusión en la salud familiar
Jaime Ramos Gordo, SABIA NUTRICION

16:00 - 17:00 SALA 2
Alimentación viva y consciente. Te damos pautas para mejorar tu salud física y anímica
Cristina Martín Mayor, MERVAL

17:00 - 18:00 SALA 1
Cuida tu piel de forma integral en Canarias
Anna Pasos, SAYBIC DISTRIBUCIONES

17:00 - 18:00 SALA 2
Beneficios de los frutos secos molidos en piedra
Hilario Chiné Labrador, DISTRIBUCIONES JUAN PERDOMO

18:00 - 19:00 SALA 1
Olivum Evergreen Life
Miguel Álamo, SERVICAN

18:00 - 19:00 SALA 2
Nutre tu interior para estar mejor: Claves para mantener tu salud vital, fuerte y segura a través de alimentación y complementación
Samuel Báez, SAYBIC DISTRIBUCIONES

19:00 - 20:00 SALA 1
Acupuntura, la punción mágica
Francisco Díaz Herrera, ATLANTARIA

19:00 - 20:00 SALA 2
Dieta Alcalina y Aminoácidos para el colágeno, un tratamiento apto para veganos
David Meléndez Morales CITRIC DIET

## DOMINGO 22

11:00 - 12:00 SALA 1
Proteínas. ¿Cuáles? ¿Cuándo? ¿Cuántas?
Felipe González, ATLANTARIA

11:00 - 12:00 SALA 2
Terapia del Triángulo Neuroenergético: Una mente regulada, calmada y clara es el acto más terapéutico que existe
Pablo Pérez Sonseca / Maite Echevarría Grassa, SABINATURA

12:00 - 13:00 SALA 1
El Senderismo es Salud, inicios y fundamentos
Omar Cabrera; SERVICAN

12:00 - 13:00 SALA 2
Conferencia Meditación y Neurociencia
Sergio Elías Hernández Alonso, ASOCACIÓN SAHAYA YOGA

13:00 - 14:00 SALA 1
Proteínas vegetales. Propiedades y cómo incluirlas en la dieta
Eva Roger, DISTRIBUCIONES JUAN PERDOMO

13:00 - 14:00 SALA 2
Rutinas saludables según el Ayurveda (Dynacharia). Hábitos diarios para favorecer el buen funcionamiento de nuestro cuerpo, mente y espíritu
Mireya Rodríguez. MERVAL

16:00 - 17:00 SALA 1
Salud y enfermedad desde el prisma de la Medicina Oriental
Francisco Díaz Herrera, ATLANTARIA

16:00 - 17:00 SALA 2
Llegar a viejos, juntos, jóvenes y sanos
José Francisco, CENTROS ENERVIDA - KANGEN CANARIAS

17:00 - 18 :00 SALA 1
Dieta Alcalina y Aminoácidos para el colágeno, un tratamiento apto para veganos
David Meléndez Morales CITRIC DIET

17:00 - 18:00 SALA 2
Musicoterapia y realización del ser con el músico francés Jesse Cool
ASOCIACIÓN SAHAJA YOGA

18:00 - 19:00 SALA 1
La terapia floral y el arte de formular
Miren Karmele Elguea, ATLANTARIA

18:00 - 19:00 SALA 2
Elige el bienestar, piensa en positivo
Inma Galarza, BRAHMA KUMARIS