

MÉTODO A.V.N



RE CONEXIÓN CORPORAL



www.avnatural.com



1 Inicio recogida de datos y
planificación pautas personalizadas



Borrado de emociones atrapadas
aumento de la energía vital

2

3 Adquisición y práctica de los
principios de la salud



Consumo Inteligente y Responsable

1. Sustituir
productos tóxicos
de consumo diario
2. Practicar las pautas
recomendadas
3. Verificar el progreso
con su promotor/a



1ª Asesoría

➔ Recogida de datos

Estatura

Peso

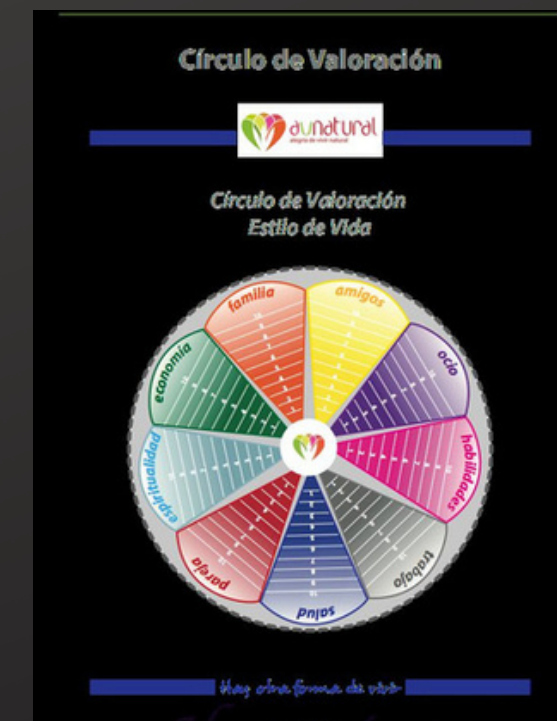
Cintura



Rutina diaria



Actividad



Pautas de arranque



● Depresión



● Miedo

● Ansiedad



● Estrés



● Culpa



● 2ª Asesoría



Borrado
emociones
atrapadas



1 Escucha Activa

Estar presente

Aclarar la mente 2

Lectura comprensiva
desarrollar criterio

Liderarse a si mism@ 3

Autodisciplina respeto a la
propia Vida.

 3ª Asesoría

Sistema de
Creencias



Coaching en Salud Integral

**La Salud es un acto de Responsabilidad
estamos ligados a la Naturaleza**

Paso 1

Donde estoy
Evaluación

Paso 2

Donde quiero ir
Estrategia

Paso 3

Compromiso
Acción

paso 4

RESULTADOS



PILOTANDO MI CUERPO

LA MEJOR INVERSIÓN ES EN TI

SUMATE

12 PRINCIPIOS

UNIVERSALES
DE LA
SALUD

Alimentación
Nutrición
Gastronomía

Las vitaminas

La Respiración

La hidratación

Ejercicio Saludable

Sistema Muscular

Hígado Sano

Higiene de la Piel

Los órganos de
los sentidos

La Risoterapia

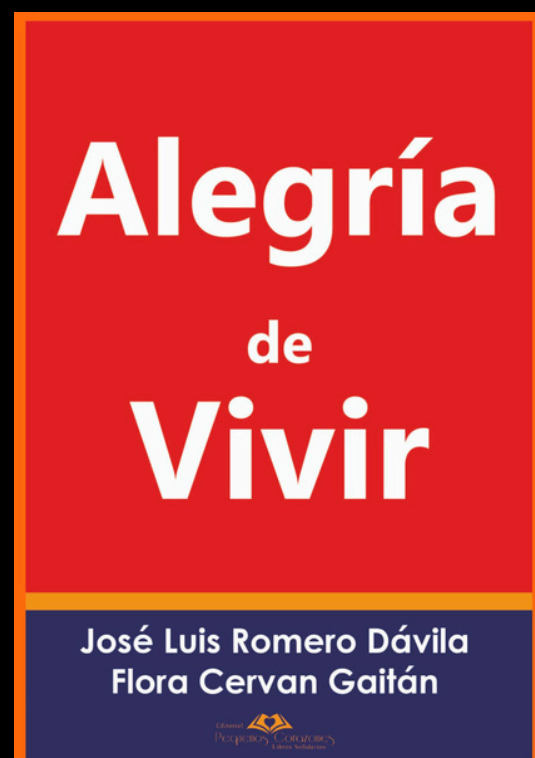
Reflexología del
pie

Sueño Saludable





UN VIAJE A LA SALUD INTEGRAL



www.avnnatural.com