



BIENVENIDOS A KAHYA

UN PUENTE HACIA TU
TRANSFORMACION INTEGRAL

KAHYA
KAREN GIUSTI

WWW.KAHYA.AR



+54 9 11 5310 0849



/GIUSTIKAREN

PRESENTAMOS EL METODO KAHYA INTELIGENCIA EMOCIONAL & RESPIRACION CONSCIENTE

En Espacio Kahya, entendemos que la respiración no es solo un proceso biológico involuntario, sino la herramienta de Inteligencia Emocional más sofisticada y accesible que posees.

Es el interruptor maestro de tu sistema nervioso.

A menudo nos enseñan a gestionar el mundo externo, pero nadie nos entrega el manual de usuario de nuestra propia energía.

En Kahya, hemos decodificado ese manual. Facilitamos un espacio de diseño consciente para tu bienestar, donde la ciencia de la respiración y el estudio de las emociones se encuentran para devolverte el mando de tu vida.

NUESTRA VISIÓN

El Encuentro entre la Ciencia y el Ser

Nuestro método no se queda en la superficie del *sentirse bien*. Es una arquitectura donde la fisiología y la emoción convergen, si cambias tu ritmo respiratorio, cambias tu química cerebral.

Si cambias tu química, *transformas tu respuesta ante el miedo, el estrés y la ansiedad.*



KAHYA by Karen Giusti

De la Metamorfosis Personal al Servicio Colectivo

"Mi propósito no es enseñarte a respirar, sino acompañarte a que, a través de tu respiración, recuerdes cómo vivir".

Karen Giusti no llegó a este método por curiosidad académica, sino por una necesidad vital de rescate.

Tras buscar horizontes que aliviaran la apatía y los síntomas depresivos, halló una metamorfosis: recuperó la pasión por habitar su propia vida y transformó la falta de propósito en un camino próspero y pleno.

Hoy, Espacio Kahya es el puente que ella construye para que tú también logres tu propia transformación.



EL PODER DE TU RESPIRACIÓN

Beneficios de la Transformación

Al integrarte en este proceso, experimentarás una evolución tangible en tus dimensiones física, mental y emocional.

- **Regulación del Sistema Nervioso**
Neutralizamos el estrés crónico, transformándolo en un estado de calma productiva.
- **Claridad Estratégica y Enfoque**
Optimizamos tu capacidad de discernimiento, permitiéndote decidir desde la presencia y no desde el impulso.
- **Vitalidad Celular**
Aumento inmediato de tu energía vital y renovación de tu disposición ante los desafíos.
- **Arquitectura Emocional**
Liberamos la memoria somática, promoviendo un "reset" profundo y un descanso real.
- **Coherencia Esencial**
Alineamos tus acciones con tu propósito e identidad más auténtica.



LA EXPERIENCIA KAHYA

Ingeniería de Bienestar en cada Sesión

Nuestros encuentros de 90 minutos no son solo prácticas; son protocolos de precisión diseñados para recalibrar tu estado integral.

Cada sesión sigue una arquitectura de transformación rítmica.

Diagnóstico y Sintonía [15 minutos]

Iniciamos con un espacio de escucha activa y presencia. Aquí, identificamos tu estado actual para adaptar la tecnología respiratoria a tus necesidades específicas del momento.

Método Kahya [60 minutos]

El núcleo del proceso. A través de una guía experta, entramos en la fase de liberación profunda. Aquí es donde ocurre la magia: neutralizamos tensiones somáticas, oxigenamos el propósito y fortalecemos el eje mente-cuerpo.

Integración Sistémica [5 minutos]

Un espacio de silencio y quietud sagrada para que la experiencia se asiente en tu sistema nervioso y pase del cuerpo al plano consciente.

Reflexión y Cierre [10 minutos]

Consolidamos los aprendizajes y hallazgos de la sesión, traduciendo en herramientas prácticas para que la paz alcanzada te acompañe en tu vida cotidiana.



PROPUESTA DE INVERSIÓN Y METODOLOGÍAS

Resignificación Emocional, Cognitivo y Estratégico.
Identificación de creencias limitantes y planificación de objetivos. Online / Presencial) \$ 37.000

Respiración Consciente (Integral)

Abordaje simultáneo: Cuerpo + Mente.

Resignificamos tu historia aplicando el método de respiración.

Compromiso Y Encuadre Terapéutico

Para garantizar la profundidad de tu proceso, trabajamos bajo un marco de respeto y valoración mutua:

Confirmación: La reserva se hace efectiva mediante el abono previo del 100%.

Este es tu primer paso de compromiso con el cambio.

Reprogramaciones: Con un mínimo de 24 horas de antelación para cuidar la fluidez de la agenda.

Cancelaciones: En caso de no asistir sin aviso previo, se considerará la sesión como realizada.

Si cancelas anticipadamente, se reintegrará el 50% del valor.

Tu Proceso Comienza Con Una Decisión

Si sientes que ha llegado el momento de priorizar tu paz interior, te invito a iniciar este recorrido.

Estoy aquí para brindarte las herramientas y el sostén necesarios para que tu transformación sea sólida y sanadora

Inicia tu proceso hoy mismo.

Te invitamos a cruzar el puente.

*Si hoy te detuvieras un instante a escuchar el ritmo de tu vida,
¿Tu respiración está sosteniendo tus sueños o
simplemente manteniendo tu supervivencia?*