



19 al 22 de marzo 2026 • Hotel Campestre de Lujo

BOOT CAMP CONSCIENTEMENTE
LIDERAR DESDE ADENTRO

NEUROCIENCIA • PNL • LIDERAZGO PERSONAL • REPROGRAMACIÓN EMOCIONAL

www.manuelsanabria.com



UNA EXPERIENCIA PARA QUIENES SABEN QUE YA NO PUEDEN SEGUIR IGUAL

Si llegaste hasta aquí, probablemente sabes que algo dentro de ti necesita orden, claridad o ajuste.

No porque estés mal, sino porque el nivel de responsabilidad, exigencia y decisiones que sostienes ya no se puede gestionar desde los mismos patrones de siempre.

Conscientemente es un Boot Camp intensivo de cuatro días, diseñado para personas que lideran —empresas, equipos, familias o su propia vida— y que comprenden que el verdadero liderazgo no comienza afuera, sino en la forma en que piensan, sienten y deciden.

Este proceso integra Neurociencia, Programación Neurolingüística (PNL) y Coaching, en un entorno seguro, profesional y profundamente humano, para acompañar un trabajo interno serio, estructurado y respetuoso.

NO ES UN RETIRO PARA DESCONECTARSE DE LA REALIDAD.
ES UNA EXPERIENCIA PARA VOLVER A ELLA CON MAYOR CLARIDAD,
REGULACIÓN EMOCIONAL Y COHERENCIA PERSONAL.



**Lo que no ordenas por
dentro, termina
decidiendo por ti.**



¿PARA QUIÉN ES ESTE PROGRAMA?

Este Boot Camp está dirigido a personas que:

- Lideran equipos, empresas, proyectos o procesos importantes.
- Toman decisiones de forma constante y sienten desgaste mental o emocional.
- Quieren mejorar su comunicación, sus relaciones y su liderazgo personal.
- Perciben que ciertos patrones internos se repiten, aun después de haber trabajado en sí mismos.
- Buscan un proceso serio, confidencial y bien estructurado, sin exposición innecesaria.

CONSCIENTEMENTE NO EXIGE UN PERFIL ESPECÍFICO.
EXIGE COMPROMISO CON EL PROPIO CRECIMIENTO.





¿QUÉ SE TRABAJA EN ESTE BOOT CAMP?

Durante los cuatro días se abordan, de manera progresiva y cuidadosamente guiada, los siguientes ejes:

Neurociencia Aplicada

- Cómo el cerebro procesa la realidad y las experiencias de vida
- Sistema Activador Reticular (SAR) y filtros mentales
- Diferencia entre hechos, interpretación y significado
- Funcionamiento del consciente y el inconsciente
- Cómo se forman y se sostienen los patrones de pensamiento

Reprogramación Emocional

- Identificación de patrones emocionales repetitivos
- Trabajo con el niño interior desde una mirada adulta
- Comprensión del impacto de la historia personal y familiar
- Liberación de narrativas internas dolorosas
- Gestión de duelos, heridas y memorias emocionales
- Regulación emocional desde el cuerpo y la conciencia

PNL Avanzada

- Habilidades sensoriales (VAKOG)
- Modelación mental profunda
- Holografías mentales y proyección de significado
- Impecabilidad mental y uso consciente del lenguaje
- Reencuadre de significado y de contexto
- Polarización emocional y extremos mentales
- Regulación de la intensidad emocional
- Colores de la mente y gestión de estados internos

Coaching y Liderazgo Personal

- Preguntas poderosas para generar claridad
- Desarrollo del liderazgo interno
- Toma de decisiones conscientes
- Comunicación más auténtica y efectiva
- Construcción de un plan de acción personal
- Integración de los aprendizajes en la vida cotidiana



FORMATO Y EXPERIENCIA

El Boot Camp se realiza en un hotel campestre , lo que permite una experiencia de inmersión total, lejos de la rutina diaria.

El programa incluye:

- Cuatro días y tres noches de alojamiento compartido
- Almuerzo, cena y refrigerios en la mañana y la tarde
- Acceso a zonas húmedas del hotel: piscina, jacuzzi, sauna y turco
- Experiencias vivenciales guiadas en la naturaleza
- Materiales de trabajo y guías prácticas
- Acompañamiento permanente durante todo el proceso
- Espacios de silencio, descanso e integración
- Seguro contra accidentes durante la realización del programa

El entorno está cuidadosamente diseñado para facilitar la introspección, la regulación emocional y la apertura al cambio.

¿QUÉ PUEDES ESPERAR DE ESTE PROCESO?

Al finalizar el Boot Camp, los participantes suelen experimentar:

- Mayor calma mental y emocional
- Claridad para tomar decisiones importantes
- Reducción del autosabotaje y la culpa
- Mejor comunicación consigo mismos y con los demás
- Relaciones más sanas y límites más claros
- Mayor coherencia entre lo que piensan, sienten y hacen
- Un liderazgo personal más sólido y consciente
- Herramientas prácticas para sostener los cambios en el tiempo

LOS CAMBIOS NO SE QUEDAN SOLO EN LO INTERNO.

SUELEN REFLEJARSE TAMBIÉN EN LA VIDA PROFESIONAL, FAMILIAR Y RELACIONAL.

CRONOGRAMA GENERAL



A man and a young boy are standing on a rocky bank, looking out over a river. The man, wearing a plaid shirt and a cap, has his arm around the boy's shoulder. The boy is also wearing a plaid shirt and a cap, and is holding a fishing rod. The background shows a vast landscape with mountains under a hazy sky. The text "El cambio real no es emocional. Es consciente." is overlaid on the image, with a horizontal orange line underneath it.

**El cambio real no es
emocional. Es consciente.**



Director

MANUEL SANABRIA

Master Coach en PNL® Avanzada, certificado por Richard Bandler y The Society of Neuro-Linguistic Programming®.

Master en Hipnosis Ericksoniana y certificado en Ingeniería de la Persuasión®.

Cuenta con más de 12 años de experiencia acompañando a líderes, familias y adolescentes en procesos de transformación personal y emocional, con un enfoque ético, respetuoso y profundamente humano.

Actualmente fortalece su práctica desde una base académica y científica, cursando el programa de Neurociencias y Mindfulness de la Universidad de los Andes.

Además, cuenta con amplia experiencia acompañando procesos de toma de decisiones y liderazgo en contextos de alta responsabilidad, tanto a nivel personal como organizacional.

Su enfoque integra rigor técnico, claridad estratégica y profundo respeto por cada proceso individual.



QUIERO RESERVAR

3202180386 – 3219844324
consultanos@manuelsanabria.com
www.manuel-sanabria.com
Cr 7c Bis N° 139-18 Of 508



@manuelsanabria



@coach_manuel-sanabria



@manuelsanabria



@coach_manuel-sanabria



MANUEL SANABRIA
Escuela de Gestión Mental y Emocional