



UF NATURAL TRAINING - UN SISTEMA  
ÚNICO DE UNITED FAMILIES

---

**UF ENTRENAMIENTO NATURAL  
CONSCIENTE**

# UF NATURAL TRAINING



**EL SISTEMA DE  
ENTRENAMIENTO QUE A LA  
VEZ QUE APRENDES TE  
CURA EL SUBCONSCIENTE Y  
EL CUERPO**

**Para todas las edades y  
niveles**

## UF NATURAL TRAINING

- ▶ Qué es
- ▶ Qué beneficios tiene para ti y los tuyos
- ▶ En qué se basa
- ▶ Cursos y niveles

## QUÉ ES

- ▶ Este es un sistema de entrenamiento y salud. Nace del entendimiento que tenemos de la **Salud Holística y Deporte** en todo tipo de personas después de 20 años. Es decir nace de una **forma para curar a los pacientes**.
- ▶ Exteriormente puede parecerse a Mov Nat, Ido Portal, Parkour, Capoeira, y otros sistemas de movimiento naturales, o de gimnasia ... y bueno realmente muchas de los ejercicios son así pero la clave es por qué se hace cada cosa, y que este sistema te enseña a curar tu mente, cuerpo, emociones y **vivir tu alma a través de cuerpo**.
- ▶ **Además te ayuda a sanar todo tipo de adicciones**
- ▶ Y lo más importante, la unión de todas las partes con las técnicas y conocimientos de cada área y vas a volver a sentir tu propia naturaleza

## QUÉ ES

- ▶ Estoy seguro de que **estos conocimientos van a revolucionar el mundo del deporte**, este sistema vale para unirlo a cualquier deporte y lo que estamos haciendo es también cambiar la forma en la que se aprenden **todos los deportes del mundo**.
- ▶ Ya que nos dirigimos a despertar los patrones ancestrales de movimiento, todo el potencial del ADN y todo tu potencial personal, sanando por supuesto los desequilibrios en la mente, alma, emociones que acaban reflejándose en el cuerpo.

## QUÉ BENEFICIOS TIENE PARA TI Y PARA LOS TUYOS

- ▶ Qué te parece volver a moverte libre
- ▶ Tener energía
- ▶ Perder el miedo a la muerte y perder el miedo a caerte o lesionarte
- ▶ Tener seguridad desde dentro hacía afuera
- ▶ Tener un sistema que puedes aplicar a cada deporte de tu vida y que además te permite gestionar el stress, conocerte, conocer tu mente, gestionar tus emociones, vivir sin adicciones

## QUÉ BENEFICIOS TIENE PARA TI Y PARA LOS TUYOS

- ▶ La cantidad de beneficios es enorme ya que te da la capacidad de unir 20 años de terapias y salud holística a la salud en tu día a día.
- ▶ Este sistema puede por ejemplo recuperar a personas mayores en muy poco tiempo, se debería enseñar en los colegios.
- ▶ Es algo que se contagia, ya veréis que inmediatamente muchos niños y personas se te van a acercar, porque es algo natural
- ▶ Los niños son los grandes expertos sobre todo antes de los 7 años
- ▶ Unir tu intuición y tu motivación con tu mente y cuerpo. Esto es la salud

## EN QUÉ SE BASA

- ▶ Este sistema se basa en la Anatomía, Fisiología, Embriología humanas
- ▶ Unido al subconsciente y a la parte espiritual.
- ▶ Es decir una Ciencia - Neurociencia - Empirismo y Espiritualidad.
- ▶ Todo ello libre de adicciones, drogas, sustancias.
- ▶ No podemos concebir el cuerpo sin la parte espiritual y no podemos concebir la parte espiritual sin el cuerpo y el mediador de todo esto es nuestra mente
- ▶ Además tampoco debemos olvidar nuestro ADN, miles de años de evolución, y que además esta forma de entrenar se la veas a transmitir a tu descendencia

## EN QUÉ SE BASA

- ▶ Se trata de DESPERTAR todo el potencial que tienes es decir crear una base, para unirlo a tu voluntad interior para que consigas lo que quieres de una forma SANA. Que respeta tu mente, cuerpo, alma y emociones.
- ▶ Puede parecer muy filosófico pero os puedo asegurar que está hecho porque funciona en la materia, porque nuestra la forma en la que se une nuestra anatomía, fisiología, bioquímica, nuestra mente y nuestra alma es así.
- ▶ Y encima os lo vamos a hacer muy entendible

## CURSOS Y NIVELES

- ▶ Se empieza con Nivel Básico:
  - ▶ En el nivel básico vas a aprender las bases del movimiento natural y de nuestro sistema que luego podrás aplicar a diferentes áreas de la vida. Y después iremos avanzando poco a poco en cada deporte que consideramos la base de un ser humano. Desde correr, nadar, subir árboles, trepar, gatear, caerse, lanzar objetos a cosas en movimiento, superar el miedo a las alturas, superar el hambre, el sueño, ...
  - ▶ Todo unido a entender la Fisiología y Anatomía Humandas, Cadenas Musculares, Las emociones, Alimentación, Neurociencia, Gestión Del Stress, Gestión de Conflictos, Psicología, Psicomorfología, Leyes Espirituales y todo ello unido y sanando nuestro subconsciente

## CURSOS Y NIVELES

- ▶ Se continúa con talleres y cursos de introducción a:
  - ▶ Escalada - Natación - Carrera Libre
  - ▶ Parkour - Gimnasia
  - ▶ Defensa Personal UF Básica y Apnea Básica UF
  - ▶ Baile Consciente
  - ▶ Supervivencia
  - ▶ Salto de Acantilados
  - ▶ Tennis - Fútbol - Pádel
  - ▶ Golf - Tiro con Arco
  - ▶ Hielo - Wim Hopf -
  - ▶ Conducción Segura de Karts y Motos

## CONTACTO

- ▶ [www.ufsurf.com](http://www.ufsurf.com)
- ▶ +34 603 25 23 83