

The background is a vibrant, abstract composition. On the left, there are bold, sweeping brushstrokes in shades of blue, green, and yellow. On the right, there are more fluid, organic shapes in deep blue, purple, and yellow. The center features a light gray rectangular area containing the text. The overall effect is one of dynamic energy and artistic expression.

ALMA DE JAGUAR

EXPERIENCIAS QUE
TRANSFORMAN UNA
ESTADÍA EN UN
RECUERDO

Fernanda Cortes

ALMA DE JAGUAR



¿QUÉ ES ALMA DE JAGUAR?

Creamos momentos de bienestar que despiertan los sentidos, conectan a las personas y rompen la rutina.

Integramos movimiento · terapias · arte · música · juego · espiritualidad y conexión humana para diseñar experiencias únicas y adaptadas a cada grupo.

Del cuerpo a la emoción.

De la rutina a la experiencia.

**Personalizadas · Individuales · Grupales ·
Corporativas**



Fernanda Cortes - Creadora & Directora de Alma de Jaguar



Durante más de 12 años he explorado diferentes disciplinas , arte, terapias y conexión humana, integrándolas en experiencias donde las personas pueden salir de la rutina, conectar con su cuerpo y disfrutar de nuevas formas de relacionarse.

Mi diferencial, no enseño una sola disciplina.

Diseño experiencias a partir de diferentes tecnicas para cada persona y cada ocasión.

Yoga · Quiropraxia Inka · Arte · Musicoterapia · Teatro · Circo · Meditación · Doula

Alma de Jaguar nace de la unión entre arte, bienestar y experiencia.

ALMA DE JAGUAR



Red de aliados

Terapeutas · Facilitadores ·
Artistas · Profesionales de
bienestar



Experiencias en Catamarán

Llevamos nuestras experiencias
del hotel al mar, creando
formatos especiales en alianza
con operadores de catamarán.

El equipo.

Somos un equipo flexible que crece
según el tipo de experiencia, número de
participantes y demanda.





Contenido de experiencias

1. Corporativos - Fuera de la Rutina
2. Deportistas - Cuerpo en Juego
3. Familias - Jugar para Conectar
4. Parejas - Dos Cuerpos, Un encuentro
5. Amigas - Despedida de soltera, tiempo de Mujeres.
6. Procesos de duelo- Volver a la Vida
7. Embarazo - Nacer Juntos
8. .Adultos mayores - Movimiento que Abraza



FUERA DE LA RUTINA

Experiencia de conexión para equipos
Una pausa diferente para liberar tensión,
despertar la creatividad y volver a
conectar.

Una dinámica que invita a los equipos a
salir de los códigos habituales del trabajo
y encontrarse desde el movimiento, el
juego, la expresión y la presencia.



EL HUÉSPED VIVE

Movimiento · juego · música · expresión ·
conexión · relajación

BENEFICIOS

- Reduce tensión física y mental
- Estimula creatividad y espontaneidad
- Fortalece confianza y comunicación
- Favorece la integración del equipo
- Genera una sensación de renovación

FORMATOS

30 min · 1 h · 3 h

Grupal · corporativo · personalizado

Diseñamos cada experiencia según el propósito,
perfil y energía del grupo.

CUERPO EN JUEGO

Experiencia para equipos deportivos

Después de la exigencia, otro camino para recuperar cuerpo, mente y equipo.
Una experiencia creada para que deportistas salgan por un momento de la lógica del entrenamiento y exploren nuevas formas de movimiento, recuperación y conexión.

EL HUÉSPED VIVE

Movimiento · coordinación · respiración · juego · música · relajación

BENEFICIOS

- Favorece la recuperación corporal
- Ayuda a liberar tensión acumulada
- Estimula coordinación y presencia
- Fortalece la conexión del equipo
- Renueva energía y motivación

FORMATOS

30 min · 1 h · 3 h

Equipos · delegaciones · grupos deportivos



JUGAR PARA CONECTAR

Experiencia para familias

Porque las mejores vacaciones también se construyen jugando juntos.

Una experiencia para crear momentos de complicidad entre niños y adultos a través del movimiento, el juego y la confianza.

EL HUÉSPED VIVE

Juego · movimiento · equilibrio · cooperación · creatividad · relajación

BENEFICIOS

- Fortalece vínculos familiares
- Estimula confianza y comunicación
- Invita a compartir sin pantallas
- Despierta creatividad y espontaneidad
- Crea recuerdos significativos

FORMATOS

1 h · 2 h · 3 h

Familias · grupos · celebraciones especiales



DOS CUERPOS, UN ENCUENTRO

Experiencia para parejas

Una pausa para volver a mirarse, escucharse y disfrutarse.

Una experiencia íntima que crea un espacio de presencia, conexión y bienestar compartido

EL HUÉSPED VIVE

Conexión · movimiento · respiración · tacto ·
relajación · intimidad consciente

BENEFICIOS

- Fortalece la conexión de pareja
- Favorece la comunicación no verbal
- Libera tensión
- Invita a desacelerar
- Crea un momento íntimo y memorable

FORMATOS

60 min · 90 min · 2 h
Privada · personalizada



Tiempo de Mujeres

Experiencia para amigas y celebraciones

Celebrar quién eres. Honrar dónde estás. Abrir espacio para lo que viene.

Una experiencia diferente para compartir entre mujeres y convertir una celebración en un momento de conexión personal.

EL HUÉSPED VIVE

Autoconocimiento · movimiento · creatividad · celebración · conexión

BENEFICIOS

- Fortalece vínculos entre amigas
- Genera espacios de reflexión
- Potencia el autoconocimiento
- Celebra nuevos ciclos
- Convierte una celebración en un recuerdo significativo

FORMATOS

1 h · 2 h · 3 h

Amigas · cumpleaños · despedidas · celebraciones



VOLVER A LA VIDA

Experiencia de acompañamiento y transformación

Un espacio para detenerse, sentir y encontrar nuevas formas de continuar.

Una experiencia de bienestar para acompañar momentos de cambio y procesos emocionales desde la conciencia, la expresión y la conexión.

EL HUÉSPED VIVE

Presencia · expresión · movimiento · reflexión · escucha · liberación

BENEFICIOS

- Favorece la expresión emocional
- Permite conectar con el presente
- Ofrece herramientas de autocuidado
- Ayuda a encontrar nuevos significados
- Invita a continuar el camino con mayor ligereza

FORMATOS

Individual · pareja · grupal
1 h · 2 h · 3 h

Experiencia adaptable a las necesidades y condiciones de cada participante.



NACER JUNTOS

Experiencia para embarazo y pareja

Un momento para conectar con el cuerpo, el bebé y la pareja.

Una experiencia diseñada para acompañar el embarazo desde el bienestar, la presencia y el vínculo.



EL HUÉSPED VIVE

Movimiento consciente · respiración · conexión ·
relajación · cuidado

BENEFICIOS

- Favorece el bienestar durante el embarazo
- Promueve conexión con el bebé
- Fortalece el vínculo de pareja
- Invita a escuchar y habitar el cuerpo
- Crea un momento de calma antes de la llegada

FORMATOS

60 min · 90 min · 2 h
Individual · pareja

**Adaptada a la etapa de gestación y a las
condiciones informadas por la participante.**

MOVIMIENTO QUE ABRAZA

Experiencia para adultos mayores

Bienestar también es seguir moviéndose, compartiendo y disfrutando.

Una experiencia amable que combina movimiento, música y conexión para disfrutar el presente.



EL HUÉSPED VIVE

Movimiento · música · juego · memoria ·
conexión · relajación

BENEFICIOS

- Estimula movimiento y coordinación
- Favorece la interacción social
- Activa memoria y atención
- Promueve bienestar emocional
- Genera un espacio de disfrute compartido

FORMATOS

30 min · 1 h · 2h
Individual · grupal

EXPERIENCIAS A LA MEDIDA

Tú eliges el tiempo. Nosotros creamos la experiencia.
Todas las experiencias pueden realizarse de manera:

INDIVIDUAL · PAREJA · GRUPAL · CORPORATIVA

Duraciones disponibles

30 MINUTOS

Para huéspedes con poco tiempo o experiencias express.

1 HORA

Una experiencia completa y dinámica.

3 HORAS

Una inmersión profunda con diferentes actividades y momentos de integración.

La duración puede ajustarse según las necesidades del huésped, grupo u organización.



EL ESPACIO

Las experiencias pueden desarrollarse en:

- Salones de conferencias
- Áreas abiertas
- Espacios naturales
- Zonas comunes habilitadas
- Espacios privados

Para las actividades de movimiento se solicita un espacio limpio, despejado y seguro, preferiblemente con superficie adecuada para trabajar en el piso y permitir desplazamientos con comodidad y confianza.

Alma de Jaguar puede aportar: facilitación, materiales, y elementos necesarios según la experiencia contratada.



SABORES QUE COMPLEMENTAN LA EXPERIENCIA

Al finalizar, podemos incorporar un pequeño momento de nutrición consciente:

- 🌿 Bebida detox
- 🌱 Infusión desinflamatoria
- 🍎 Snack saludable

La selección puede adaptarse al concepto de cada experiencia.



EXPERIENCIAS TEMÁTICAS Y FECHAS ESPECIALES

También podemos crear experiencias especiales con programación anticipada para fechas y momentos del año:

Equinoccios · Solsticios · Día de la Madre · Día del Padre · San Valentín · Cumpleaños · Vacaciones · Eventos corporativos · Celebraciones especiales

Cada fecha puede convertirse en una experiencia temática diseñada especialmente para los huéspedes del hotel.



PERSONALIZACIÓN

Cada huésped es diferente. La experiencia también.



Las actividades pueden adaptarse considerando:

- Edad
- Número de participantes
- Nivel de experiencia
- Condición física
- Objetivo del grupo
- Tiempo disponible
- Tipo de celebración
- Espacio disponible
- Presupuesto
- Temática solicitada

Antes de cada experiencia se solicita informar cualquier restricción médica o condición física relevante para realizar las adecuaciones correspondientes y garantizar una práctica segura.



*Contactame para tu
cotización*

- 350 675 04 04
- @almadejaguart
- almadejaguart@gmail.com

Desde Cartagena de Indias
Para el mundo

A stylized, colorful illustration of a jaguar's head in profile, facing left. The jaguar's fur is depicted with a vibrant, abstract pattern of orange, yellow, and teal, resembling a cityscape or a digital map. The jaguar's eyes are large and expressive, with a teal and blue gradient. The illustration is set against a white background with several white, jagged, torn-paper-like edges that separate it from the rest of the image.



MÁS QUE UNA ACTIVIDAD.

UNA EXPERIENCIA PARA RECORDAR.

Alma de Jaguar crea momentos donde el huésped
no solo participa:

se mueve, juega, respira, conecta, descubre y se
lleva algo consigo.

Experiencias personalizadas para huéspedes ·
familias · parejas · empresas · equipos deportivos y
grupos especiales.

