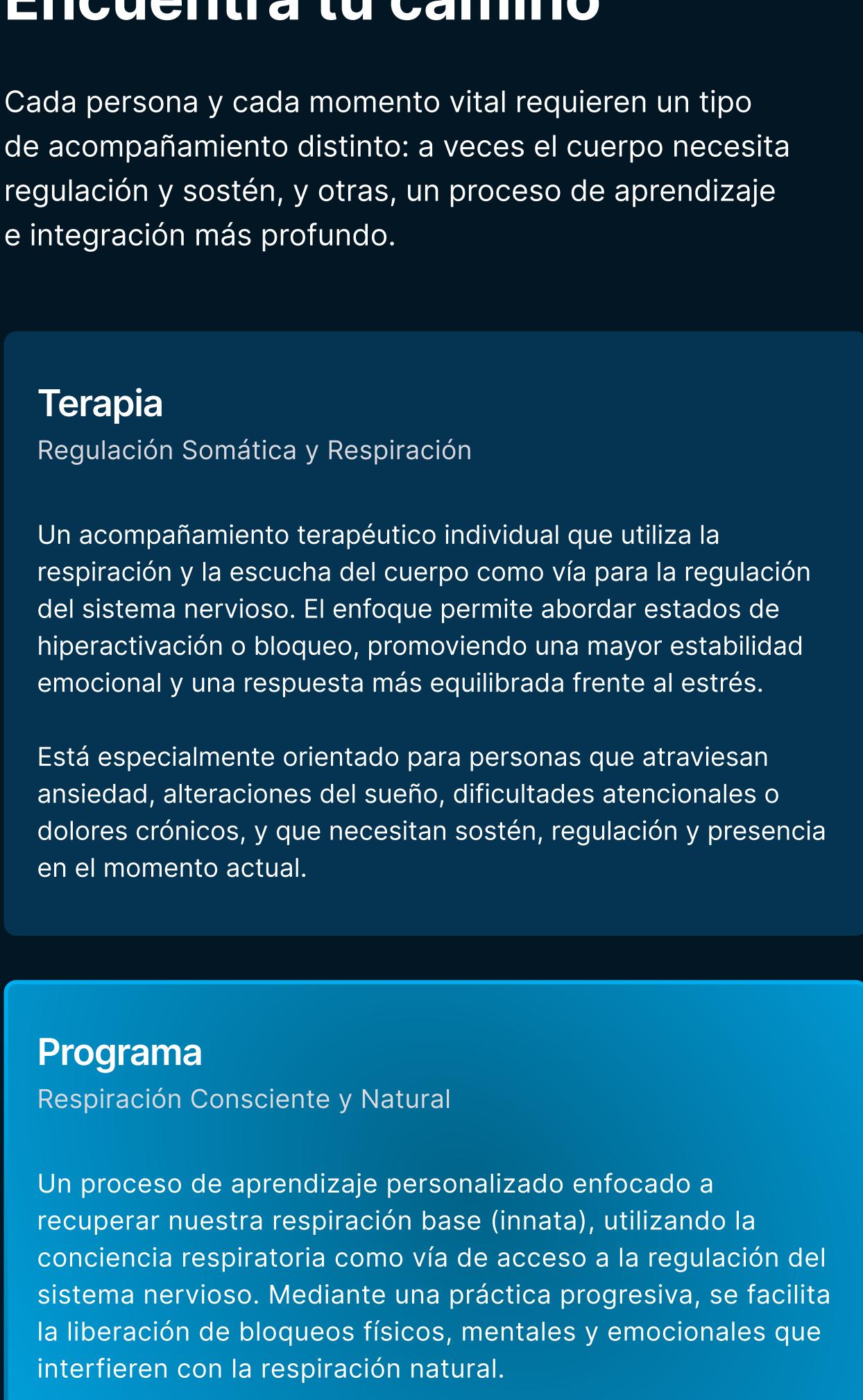




# Breathness Center Lima

Inspirando a respirar, inspirando bienestar.

[www.respirello.com](http://www.respirello.com)  
[breathnesscenter@respirello.com](mailto:breathnesscenter@respirello.com)  
+51 978 842 651 (WhatsApp)

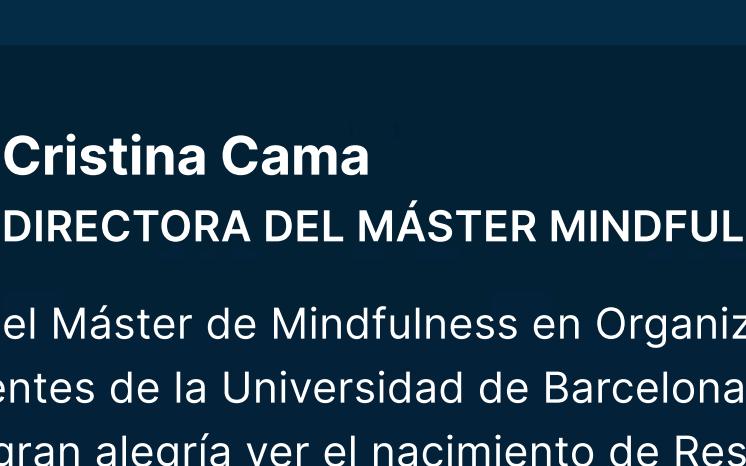


## Nuestro enfoque

### Respiración consciente y regulación somática para la vida diaria

Nos centramos en la escucha del cuerpo y la respiración como vía principal para acceder al sistema nervioso y facilitar procesos de autorregulación. A través de diversas técnicas y una atención guiada a las sensaciones corporales y a los patrones respiratorios, se contribuye a reducir estados de hiperactivación o bloqueo, restaurar el flujo natural de energía y favorecer una relación más estable y consciente con la experiencia emocional.

### Christian Bello



Creador de Respirello. Tras una extensa trayectoria como abogado, orientó su camino hacia la respiración consciente, profundizando en distintos enfoques y métodos que hoy integra y transmite en su práctica terapéutica y de acompañamiento.

Formaciones

- PhD y Máster- Derecho.
- Máster - Mindfulness y Meditación.
- Postgrado - Bioneuroemoción.
- Instructor Certificado - Global Professional Breathwork Alliance.
- Instructor Certificado - Oxygen Advantage y Breatheology.

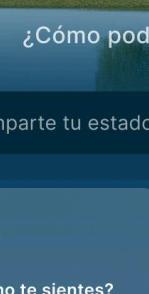
Especializaciones

- Yoga Nidra - Barcelona.
- Terapia Craneo Sacral (Manipulación Neural y Liberación Somato-Emocional) - Upledger Institute International.
- Esencias y remedios florales - Flower Essence Society (FES).

## Encuentra tu camino

Cada persona y cada momento vital requieren un tipo de acompañamiento distinto: a veces el cuerpo necesita regulación y sostén, y otras, un proceso de aprendizaje e integración más profundo.

“



**Stig Severinsen**

FUNDADOR DE BREATHEOLOGY

10x Récord Mundial Guinness

”



**Dan Brulé**

FUNDADOR DE BREATH MASTERY

Coach de Tony Robbins

”



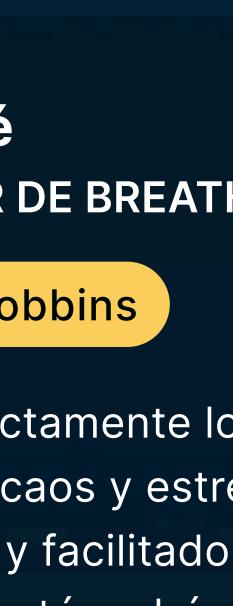
**Cristina Cama**

DIRECTORA DEL MÁSTER MINDFULNESS UB

”



“Desde el Máster de Mindfulness en Organizaciones Conscientes de la Universidad de Barcelona (España), es una gran alegría ver el nacimiento de Respirello Breathness Center, creado por Christian Bello, que ha sido alumno excelente y excepcional. Estamos seguros que, con su formación y experiencia, ayudará a muchas personas a través del poder de la respiración a que alcancen un mayor bienestar a nivel físico, mental, emocional y espiritual.”



## Descubre Respirello App

y profundiza tu práctica de respiración consciente.



Disponible en

**App Store**



Disponible en

**Google Play**

