

H humores
EN
SU
TINTA

*Teatro
Naturaleza
Bienestar
Inspiración*

2026 (2ª edición)

4 y 5 de julio
Uztailak 4 eta 5

Munai Espazioa
Arriola (Araba)



Plazas limitadas
Plaza mugatuak

+ info:

humoresensutinta.com
info@humoresensutinta.com

696 05 22 50 (Wilma)
659 72 12 21 (Jasón)



TINTE de VERANO

TINTE DE VERANO - FIN DE SEMANA INTENSIVO DE CREACIÓN CÓMICA, CONVIVENCIA BIENESTAR e INSPIRACIÓN -

4 y 5 de JULIO 2026

En Munai Espazioa (ARRIOLA-Araba)

¡Arranca tus vacaciones con un buen chute de humor!

RETIRO TEATRAL aderezado con:

- **Juego** cómico
- **Creación** artística
- **Yoga integral** y meditación guiada
- **Relajación con cuencos tibetanos**
- **Naturaleza** y baño de bosque
- Comida **saludable**
(vegetariana con opción vegana)



A través de dinámicas teatrales, el movimiento consciente del yoga integral, voz y la meditación, iremos soltando bloqueos, despertando la creatividad y fortaleciendo la confianza.

¡Todo ello salpimentado con series combinadas de cariño y complicidad, repeticiones de guiños y sintonía, y ataques de risa descontrolados ante gente desconocida! ¡Comienza el verano en plena forma!

INCLUYE:

- **Pensión completa** dos días (en habitación compartida) -del sábado a las 10:00 al domingo después de comer.
- **Taller de teatro de humor** (8 horas).
- Noche temática de fiesta con “personajes” y despendole posterior.
- Entorno increíble con 5000 m², de naturaleza.

- NO ES NECESARIA EXPERIENCIA TEATRAL PREVIA -

HORARIO DE REFERENCIA PROPUESTO:

(*Nada es obligatorio. Cada una elige cómo quiere compartir su tiempo con las demás.)

Sábado:

09:00-10:00h: Aterrizaje y llegadas

10:00-11:00h: Yoga integral y relajación

11:00-13:30h: Taller de Teatro cómico

14:00-15:00h: Comida

16:00-17:00h: Baño de Bosque

18:00-20:00h: Taller de Teatro cómico

21:00- 22:00h: Cena

22:30h: Fiesta temática con personajes



Domingo:

08:30- 09:30h: Activación y Meditación

09:30-10:30h: Desayuno

10:30-14:00h: Taller de Teatro cómico

15:00-16:00h: Comida

16:00-17:00h: Despedidos y salidas.

¡Nivela tus niveles de oxitocina y serotonina en un ambiente relajado y juguetón!

FACILITADO POR:



JASÓN GUERRA ARREGUI:

Fundador del proyecto Humores en su tinta, enfocado en el fomento de la creatividad colectiva a través del teatro cómico. Director en las compañías alavesas Kolectivo Monstrenko y Les Bobé Bobé.



Camino vital:

22 años de lucha artística a sonrisa armada (menos tres veranos). Creador en artes escénicas, interesado particularmente en la tragicomedia y el absurdo.



WILMA SAINZ ZAPATERO:

Profesora de Matemáticas, yoga integral y meditación.
Máster en Mindfulness
y Gestión Emocional
Facilitadora Reiki nivel II.

Camino vital:

En mi búsqueda del equilibrio y la felicidad, encontré el poder de la meditación y el pensamiento positivo. Curiosa y entusiasta.

Precio: 200 euros.

Reserva de plaza: 100 euros

Más información: info@humoresensutinta.com

Tel: 659 7212 21 (Voz, SMS, Telegram; No Whatsapp)- JASÓN

Tel: 696 05 22 50 (Solo Whatsapp) -WILMA