



Petit BamBou

**Petit BamBou una nueva forma de experimentar el mindfulness.**

- 
- *35 socialités fueron las invitadas para conocer en exclusiva esta famosa app.*
  - *La app de meditación mindfulness más importante de Europa llegó a Mexico.*
- 

**CDMX Junio 2019.**- El pasado 13 de junio un grupo de 35 socialités se dieron cita en el restaurant Treze con Z para conocer la app de meditación más importante de Europa: Petit BamBou; que hoy en día tiene más de 3 millones de usuarios.

En este evento las invitadas pudieron disfrutar de un delicioso y sano desayuno mientras Jacob García y Elodie Weil, los responsables de la comunicación de Petit BamBou compartieron la historia de como nació Petit BamBou, las características de la app, así como los beneficios que podemos encontrar en nuestras vidas a través de la meditación como, mejorar la calidad del sueño, la capacidad de concentración, el autoconocimiento, regular las emociones, mejorar la memoria, etc.

Unos minutos después de terminado el desayuno se presentó a Ilana Ospina la vocera de Petit BamBou en México, quien habló de su experiencia como experta en mindfulness, de como fue invitada a ser parte de esta app y ser representante de ella en México.

Posterior a esta pequeña charla Ilana Ospina invitó a las invitadas a una práctica guiada de meditación, ahí mismo sentadas en su lugar dentro del restaurant, lo cual promueve también Petit BamBou, la posibilidad de meditar sin necesidad de irse a un retiro o aislarse del mundo para poder lograrlo. Resetear la mente y encontrar el equilibrio ahora puede ser posible desde cualquier lugar, solo basta encontrar un lugar tranquilo, comodo, contar con un smarthphone y la app de Petit BamBou.

Al finalizar la meditación, las invitadas pudieron compartir un poco sus comentarios, experiencias de esta actividad y algunos regalitos que les hizo petit BamBou: Una maceta

Contacto para prensa:

**Andrea Peña**

RPM | LUXURY BRANDS 

Mexico City: +521 (55) 34887118

[www.rpmluxurybrands.com.mx](http://www.rpmluxurybrands.com.mx)

con una semilla para sembrar, una cortesía por 6 meses para usar esta app de manera gratuita y unas deliciosas galletas con el mensaje grabado: Inhala / Exhala.

Algunas de las invitadas de esta agradable mañana fueron: Constanza Carrascal de Slim, Lucia Leclercq, Shahpary Pulido, Sandra Chollet, Daniela Costa, Luciana Corres, Anne Seguy, Cecile Antoni, Antonina Jourdain, Kalia Stieglitz, Itzel De Kruffyff, Vero Orozco, Ericka Bruzuela, Ale Glez, Pau Glez Tello, entre otras.

Petit BamBou cuenta ya con 27 programas de meditación y 350 sesiones que han sido diseñadas por expertos en mindfulness, psicólogos y psiquiatras de reconocido prestigio.

Ahora es más fácil lograr el bienestar físico, emocional y espiritual; y contribuir a que vivamos en un mundo con mentes más sanas y felices, Petit BamBou pone ese granito de arena e invita a que todos lo hagamos desde un Smartphone.

Acerca de:

Petit BamBou es una App con más de 3 millones de usuarios que ayuda a la meditación. Siempre a mano a través de tu Smartphone o Tablet, utiliza un método eficaz y sencillo con audios de entre 10 y 20 minutos sobre distintas temáticas. Además, cuenta con videos explicativos que analizan y explican los principios clave de la meditación.

El primer programa consta de 8 sesiones y 6 videos gratuitos. Disponible en iOS y Android.

Suscripción mensual: MXN129.00

Suscripción semestral: MXN 669.00

Suscripción anual (solo a través de web): MXN1,081.00

Acerca de:

Illana Ospina, Colombiana de nacimiento, vivió en París en los años 90 y fue la primera mujer latinoamericana a ser una destacada Dj internacional. Llevó la música electrónica a más de 19 países a lo largo de 5 continentes. En paralelo a la música lleva más de 20 años practicando y estudiando meditación y sus asignaturas afines.

Es facilitadora de *Mindfulness Based Stress Reduction* del IMM y de 'atención plena' del método Eckhart Tolle. Egresada del *'Institute for Mindful Leadership'* y *Kriya Yogui* del SRF. Meditadora *Vipassana*, ha vivido más de 100 días en retiros en silencio.

Coach de vida certificada del UCI y facilitadora de *'Playing Big for Women'* & *'Heart Math'*.

Contacto para prensa:

**Andrea Peña**

RPM | LUXURY BRANDS 

Mexico City: +521 (55) 34887118

[www.rpmluxurybrands.com.mx](http://www.rpmluxurybrands.com.mx)