

A close-up photograph of a woman with long brown hair sleeping peacefully. Her eyes are closed, and her hand is resting near her face. The background is a soft, light blue fabric.

RECUPERA
EL CONTROL
CON EL MÉTODO


nascia
WWW.NASCIA.COM

SUEÑO Y DESCANSO

UNA SOLUCIÓN EFICAZ PARA
MEJORAR LA CALIDAD DE TU
SUEÑO Y DESCANSO




RECUPERA EL CONTROL CON EL MÉTODO NASCIA

**Tecnología y protocolos de última generación
para un entrenamiento personalizado.**

Sin medicamentos ni efectos secundarios.

**Atención exclusiva y personalizada, información
continua y seguimiento.**



Nascia colabora con clientes institucionales, públicos y privados, en la impartición de cursos de formación, proyectos de consultoría y asesoramiento, implantación de laboratorios de investigación, medición de perfiles de estrés, equipamiento tecnológico, oferta de servicios y productos a empleados, etc.

Trabajamos, entre otros, con las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado, pilotos de combate del Ministerio de Defensa, Aviación civil, universidades públicas y privadas, hospitales, centros deportivos, empresas y profesionales de primera línea.

MAS INFORMACIÓN ►



DESCANSAR BIEN ES ESENCIAL

Mejora tu rendimiento físico y mental con un completo programa de entrenamiento para controlar tu estrés y poner en práctica todas las pautas necesarias para recuperar la calidad de tu sueño y descanso.

Consigue resultados rápidamente, aprende las mejores pautas y hábitos para dormir mejor. Cambia tu vida y recupera el control.

MÁS INFORMACIÓN ►



SÓLO 45 MINUTOS SEMANALES

Con el exclusivo Método Nascia, conseguirás óptimos resultados en cómodas sesiones de sólo 45 minutos de duración.



DURACIÓN LIMITADA: 10 SESIONES

Una solución a tus problemas en tan solo 10 sesiones. Resultados y objetivos de entrenamiento precisos e individualizados desde la primera sesión.



EVALUACIÓN INDIVIDUALIZADA

Tu perfil de estrés exclusivo, incluido en el programa, te permite saber cómo estás. Conoce tu cronotipo personal y todos los factores que influyen en tu descanso.



ENTRENAMIENTO PERSONALIZADO

Estudiamos tus necesidades y diseñamos un tratamiento personalizado y orientado a alcanzar tus objetivos. Asesoramiento continuo con nuestros expertos profesionales.



TECNOLOGÍA DE APOYO PARA LA PRÁCTICA EN CASA

Complementa tu entrenamiento con los dispositivos y materiales de uso personal, incluidos en el programa. Fácil y cómodo, dónde y cuándo quieras.



CALIDAD VS. CANTIDAD

No se trata de dormir y descansar más, sino de hacerlo mejor. Un programa adaptado a tus necesidades, diseñado para minimizar tu estrés y alcanzar tu estado óptimo de control y relajación.



RESULTADOS PERMANENTES

Las técnicas aprendidas en Nascia te servirán para toda la vida. Comienza a poner en práctica los nuevos hábitos saludables adquiridos.

ACTÚA, MEJORA TU CALIDAD DE VIDA

Basado en **Biofeedback**
y **Neurofeedback**



Para todas
las edades



Éxito a
corto plazo



Método exclusivo
registrado



Tecnología avanzada
de entrenamiento



Resultados visibles
y objetivos



Equipo profesional
cualificado

CONTACTA CON NOSOTROS ►

NUESTROS CLIENTES NOS AVALAN

Aplicado con éxito por la NASA, Agencia Espacial Europea, Harvard University, Clínica Mayo, Ejército del Aire, universidades, equipos y deportistas de élite, etc.



¡Pruébalo gratis!

NASCIA CENTRAL

91 770 58 85

info@nascia.com

NASCIA MADRID RETIRO

91 130 88 12

retiro@nascia.com

NASCIA POZUELO

91 340 87 72

pozuelo@nascia.com

NASCIA BARCELONA

93 518 45 36

barcelona@nascia.com

NASCIA CARTAGENA

86 878 17 68

cartagena@nascia.com

NASCIA MARBELLA

952 76 59 57

marbella@nascia.com

NASCIA JAÉN

953 23 66 76

andalucia@nascia.com

NASCIA PAMPLONA

948 59 60 11

pamplona@nascia.com

NASCIA ZARAGOZA

976 24 01 04

zaragoza@nascia.com

NASCIA HUELVA

959 53 39 23

huelva@nascia.com

CENTRO ASOCIADO PORTUGAL

+ 351 224 077 544

geral@competencias.com.pt

CENTRO ASOCIADO HOLANDA

+31 (0) 6 344 11 554

info@deverstegenkliniek.nl

CENTRO ASOCIADO REINO UNIDO

+44 7534 432480

info@hebiofeedback.co.uk

CENTRO ASOCIADO SUIZA

+41 78 7 141415

info@i-nfbf.ch

Una Red de Centros a tu Servicio

www.nascia.com