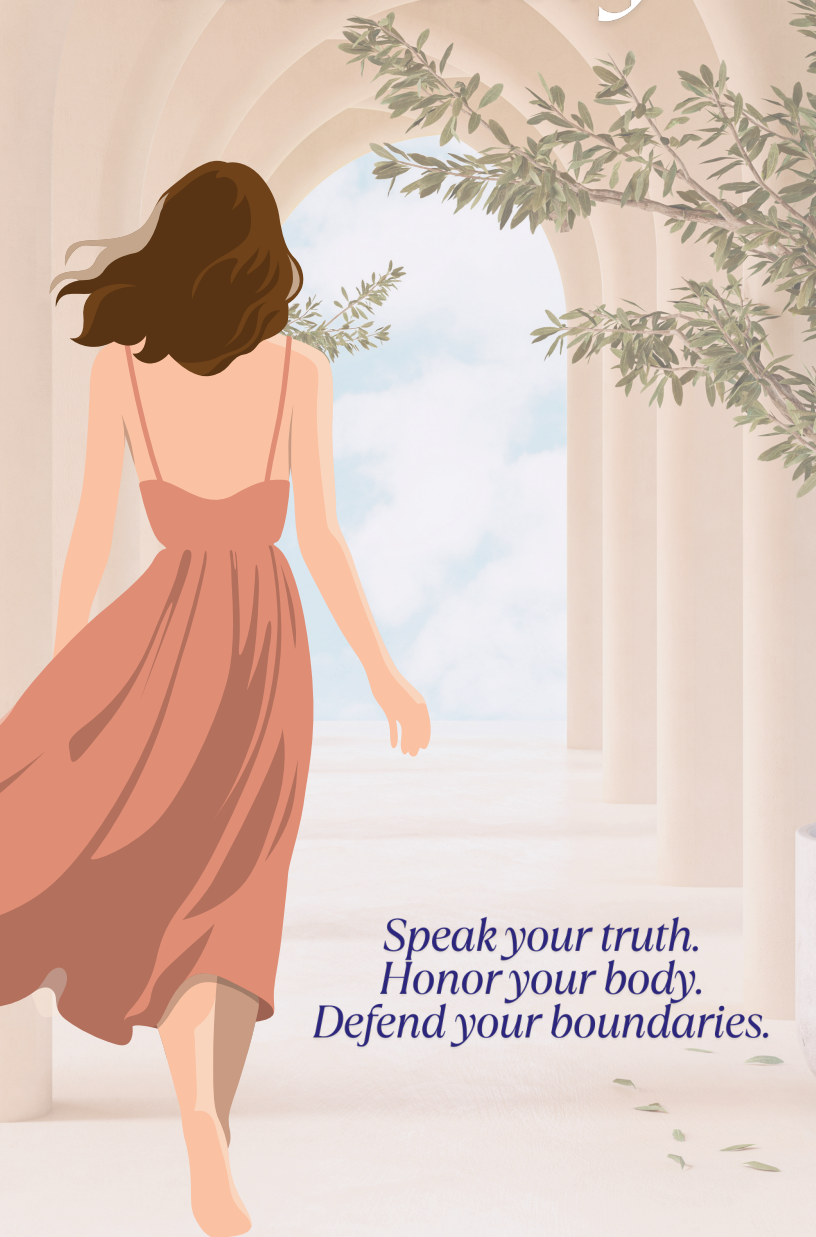




# Own It *Your Voice,* *Your Story*



*Speak your truth.  
Honor your body.  
Defend your boundaries.*

También disponible en español.

# Women's Group

A powerful course for women to reclaim their space, quiet self-doubt, and lead with confidence through self-awareness and reflection.

## Focus Areas

**Build a kinder, more connected relationship with your body**

**Quiet the inner critic and replace it with self-compassion**

**Trust your inner voice without second-guessing**

**Set and hold healthy, clear boundaries**

*Scan for schedule & sign-up.  
– limited spots!*



*Escanea para ver el  
horario e inscripción.  
- ¡espacio limitado!*

# Grupo de Mujeres

Un poderoso curso para que las mujeres recuperen su espacio, acallen sus dudas y lideren con confianza a través del autoconocimiento y la reflexión.

## Áreas de Interés

**Construye una relación más amable y conectada con tu cuerpo**

**Acallar la crítica interior y cambiarla por la autocompasión**

**Confía en tu voz interior sin dudar**

**Establecer y mantener límites sanos y claros**