



David Gómez

CALENDARIO EL CLUB DE LAS MENTES ENFOCADAS 2025-2026 4ª temporada

PRIMER TRIMESTRE: TRANSFORMAR LAS CREENCIAS LIMITANTES Y REPROGRAMAR LA MENTE

Objetivo global: Reconocer y reprogramar los patrones mentales que te frenan, sustituyéndolos por creencias potenciadoras y hábitos mentales coherentes con tus metas.

🌟 Noviembre 2025: Descubriendo tus creencias raíz

Identificaremos las creencias heredadas y adquiridas desde nuestra infancia. Haremos ejercicios de observación, escritura consciente y toma de conciencia sobre cómo moldean nuestra identidad.

Clase: miércoles 5 de noviembre de 18:00h a 21:00h

Tutoría: miércoles 19 de noviembre de 20:00h a 21:00h

🌟 Diciembre 2025: Rompiendo los límites mentales y emocionales

Trabajaremos con el autosaboteador y la autocrítica. Realizaremos técnicas de cuestionamiento, aceptación y liberación emocional. Aplicación práctica en decisiones o proyectos que procrastinamos o postergamos (emprendimiento, relaciones, cambios).

Clase: miércoles 3 de diciembre de 18:00h a 21:00h

Tutoría: miércoles 17 de diciembre de 20:00h a 21:00h

🌟 Enero 2026: Reprogramar tu mente subconsciente y anclar nuevos hábitos mentales

Realizaremos ejercicios de PNL, visualización guiada, afirmaciones y anclajes conscientes. Nos enfocaremos en cómo mejorar nuestra disciplina, constancia y añadir microhábitos sostenibles.

Clase: miércoles 14 de enero de 18:00h a 21:00h

Tutoría: miércoles 28 de enero de 20:00h a 21:00h

2º TRIMESTRE: MANIFESTAR ABUNDANCIA Y PROSPERIDAD DESDE LA MENTALIDAD CUÁNTICA

Objetivo global: Elevar tu nivel de energía, pensamiento y coherencia emocional para crear desde la abundancia y el propósito, no desde la carencia o el miedo.

🌟 Febrero 2026: Los principios cuánticos de la mente creadora

Cómo la atención, la emoción y la frecuencia mental modelan la realidad. Realizaremos ejercicios de coherencia corazón-mente.

<https://davidgomezcoach.com>
info@davidgomezcoach.com



David Gómez

Clase: miércoles 11 de febrero de 18:00h a 21:00h

Tutoría: miércoles 25 de febrero de 20:00h a 21:00h

☀ **Marzo 2026: Liberar la mentalidad de escasez y activar el merecimiento**

Sanaremos la relación con el dinero, el éxito y la abundancia. Cultivaremos la gratitud y la autocompasión como motores de prosperidad

Clase: miércoles 11 de marzo de 18:00h a 21:00h

Tutoría: miércoles 25 de marzo de 20:00h a 21:00h

☀ **Abril 2026: Alinear tu propósito con la acción consciente**

Diseñaremos un plan cuántico: cómo llevar tu propósito al plano material con foco, energía y compromiso, integrando el propósito, hábitos positivos y coherencia vibracional.

Clase: miércoles 8 de abril de 18:00h a 21:00h

Tutoría: miércoles 22 de abril de 20:00h a 21:00h

3º TRIMESTRE: CULTIVAR LA CALMA MENTAL Y EL ENFOQUE PARA CONSEGUIR LAS METAS

Objetivo global: Entrenar una mente serena, enfocada y productiva, capaz de sostener objetivos sin perder el equilibrio emocional.

☀ **Mayo 2026: Silenciar el ruido mental y gestionar la ansiedad cotidiana**

Descubriremos los mecanismos neuronales de la distracción. Aprenderemos estrategias de mindfulness, respiración, anclajes rápidos para disminuir la ansiedad y ruido mental.

Clase: miércoles 6 de mayo de 18:00h a 21:00h

Tutoría: miércoles 20 de mayo de 20:00h a 21:00h

☀ **Junio 2026: Neurodisciplina y hábitos conscientes para mantener el enfoque**

Aprenderemos a cómo crear y sostener rutinas mentales, físicas y energéticas. Neuroproductividad, gestión del tiempo y constancia emocional.

Clase: miércoles 3 de junio de 18:00h a 21:00h

Tutoría: miércoles 17 de junio de 20:00h a 21:00h

☀ **Julio 2026: Fluir con propósito y equilibrio interior**

Integración cuerpo-mente. Fluiremos entre acción y descanso. Cultivaremos la aceptación y la flexibilidad mental.



David Gómez

Clase: miércoles 8 de julio de 18:00h a 21:00h

Tutoría: miércoles 22 de julio de 20:00h a 21:00h

4º TRIMESTRE: VIVIR DESDE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y LA MADUREZ AFECTIVA

Objetivo global: Comprender tus emociones, sanar las heridas del pasado y cultivar vínculos más sanos y conscientes, comenzando por ti mismo.



Agosto 2026: Sanando al niño interior: el origen de tus emociones

Reconectaremos con la infancia y las heridas de desamor. Visualización y perdón. Sanaremos la raíz emocional de tus patrones afectivos.

Clase: miércoles 5 de agosto de 18:00h a 21:00h

Tutoría: miércoles 26 de agosto de 20:00h a 21:00h



Septiembre 2026: Gestión emocional y equilibrio interno

Realizaremos herramientas para regular emociones intensas, evitar la reactividad y fomentar la autocompasión.

Clase: miércoles 9 de septiembre de 18:00h a 21:00h

Tutoría: miércoles 23 de septiembre de 20:00h a 21:00h



Octubre 2026: Relaciones conscientes y amor más allá del ego

Aprenderemos a tener una comunicación empática, límites sanos y madurez afectiva. Cómo relacionarte desde la autenticidad y no desde la necesidad.

Clase: miércoles 7 de octubre de 18:00h a 21:00h

Tutoría: miércoles 21 de octubre de 20:00h a 21:00h